

## 脳トレ【牛乳パック積み木】

輪切りにした牛乳パックを積み重ねていきます。まっすぐには切っていないので、ある程度の高さまで積むと、考えながら慎重に積む必要が出てきます。記録はどこまで伸びるかな？



集中力と形をイメージする（空間認識）力が刺激されます！



## 筋トレ【アブラハム体操】

保育所や幼稚園でおなじみですね。歌に合わせて踊るシンプルなものですが、歌が進むと動作が増えてきて、全身を動かすいい運動になります。子供のお遊戯とバカにできませんよ！デュアルタスク・・・脳を使い、体を使い、声を出していただきます！全てを同時に行います。



いなほグループ

有限会社 みやび会 グループホーム・デイサービスいなほ  
〒859-5704 長崎県平戸市生月町山田免 1074 番地 1  
TEL 0950-53-3012 FAX 0950-53-3017

一般社団法人 朋友福祉会 ほうゆうショートいなほ  
〒859-5704 長崎県平戸市生月町山田免 1655 番地 6  
TEL 0950-53-3077 FAX 0950-53-3078



facebook (フェイスブック) でも、日々の活動を発信しています！  
ぜひ、『いなほグループ』で検索してくださいね！