

広田祥治

高齢者の認知症対策として（１）運動をせよ、（２）コミュニケーションをとれ、（３）知的活動をせよ、というある専門家の文章に接し実践を考えてみた。

（１）はテレビを見ながら軽い筋力運動に取り組むが、継続はなかなか難しい。でもお気に入りにはNHKの夕方7時前の寺本明日香のワンポイントレッスン。（２）は年金者組合（安城支部）の例会に参加して皆さんのひとことを聴くこと。これはまあまあ継続している。

（３）は知人から送られてくるパズルを楽しんでいる。これも一人で楽しむのではなく、LINEなどを利用して同好の人と問題の交流のみでなく、問題をいろいろ進化させて楽しんでいる。

次に紹介するものは、計算不要で正確な表現を作る数字入れパズル。

とにかく空欄に数字を入れて正しい文章にする、それだけである。必要なことは集中力と持続力。

答を見てしまうとつまらないので載せません。正しいものを作ればすぐわかります。

左の枠の中に書かれていることが正しくなるように（ ）内に適当な数字を入れてください。

1 この枠の中には、1が（ ）個、2が（ ）個、3が（ ）個、
4が（ ）個、書かれています。

注 二種類の答があります。

なお次の解答は間違いです。なぜなら1は5個あるからです。

この枠の中には、
1が（ 1 ）個、2が（ 1 ）個、3が（ 1 ）個、4が（ 1 ）個 書かれています。

2 この枠の中には、1が（ ）個、2が（ ）個、3が（ ）個、
4が（ ）個、5が（ ）個、書かれています。

3 この枠の中には、1が()個、2が()個、3が()個、4が()個、5が()個、6が()個、7が()個、書かれています。

4 この枠の中には、1が()個、2が()個、3が()個、4が()個、5が()個、6が()個、7が()個、8が()個、書かれています。

5 この枠の中には、1が()個、2が()個、3が()個、4が()個、5が()個、6が()個、7が()個、8が()個、9が()個、書かれています。

6 この枠の中には、0が()個、1が()個、2が()個、3が()個、4が()個、5が()個、6が()個、7が()個、8が()個、9が()個、書かれています。

実は、この解答も二種類あります。

参考：「八王子サークルかわらばん」（市橋公生さん編集）

作業シート

1								
2								
3								
4								
5								
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								

0								
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								

解答

1 この枠の中には、1が（2）個、2が（3）個、3が（2）個、
4が（1）個、書かれています。

1 この枠の中には、1が（3）個、2が（1）個、3が（3）個、
4が（1）個、書かれています。

2 この枠の中には、1が（3）個、2が（2）個、3が（3）個、
4が（1）個、5が（1）個、書かれています。

3 この枠の中には、1が（4）個、2が（3）個、3が（2）個、4が（2）個、
5が（1）個、6が（1）個、7が（1）個、書かれています。

4 この枠の中には、1が（5）個、2が（3）個、3が（2）個、4が（1）個、
5が（2）個、6が（1）個、7が（1）個、8が（1）個、書かれています。

5 この枠の中には、1が（6）個、2が（3）個、3が（2）個、4が（1）個、
5が（1）個、6が（2）個、7が（1）個、8が（1）個、9が（1）個、
書かれています。

6 この枠の中には、0が（1）個、1が（7）個、2が（3）個、3が（2）個、
4が（1）個、5が（1）個、6が（1）個、7が（2）個、8が（1）個、
9が（1）個、書かれています。