

脳トレ

右脳を活性化させる

脳は右脳と左脳に分かれ、右脳は左半身とつながり、左脳は右半身とつながっています。右脳と左脳は、はっきり区別できませんが、それぞれ違う役割を担っています。大雑把に分けると右脳は、想像力や感覚的な能力、図形や音楽・芸術の認識、全体を把握する能力など、創造的な思考を担当。左脳は計算や言語など、論理的な思考を担当しています。

ところで左脳と右脳、どちらに肩入れしますか？ ここでは、仕事の能力を高めるために、右脳に肩入れしましょう。右脳を活性化させてビジネスに必要なアイデアや想像力を豊かにして、様々な企画を提案したり営業戦略を練るのです。どうですか？

両手で違う図形を描く

両手にペンを持ち、画用紙やノートに左右の手で違う図形(丸と三角、四角と台形など)を描きます。描き終わったら、左右逆の図形も描いてみましょう。右脳の視覚や図形能力等に刺激を与えることができます。



歯をみがく



箸を使う



左手を使う
(右脳への刺激)
になります



折り紙
(右手で軽くサポートしてもOK)

健康

タテ・ヨコそれぞれのカギに対応する言葉をマス目に入ってください(1マスに1文字)。A~Kの11文字をつなげると健康に関するキーワードができます。

クロスワードパズル

1		2		3	4	5			
		E							
		6			J				
7	8						9	10	
K							H		
11				12		13			
				F					
		14	15			16			A
		I							
17					18		G		
		19	20		D			21	
22								24	
B								C	

タテのカギ

- お下地ともいう調味料
- アリス、この動物を追って不思議の国へ
- 唐茄子はナスではありません
- 犬がWを向きゃ、尾は？
- 遺跡から出土。縄文のビーナスとは？
- 三大少女漫画誌「ちゃお」「りぼん」「○○○○」
- 泣かせてくれるぜ、この野菜
- トウモロコシを、三本食べれば三本残る
- ステーキにパッパッ、ハクション!
- ほんのわずかの差
- よいとこ、一度はおいで〜♪
- 「奔放」や「自在」に付く
- お菊さんや貞子さんが在住
- 凶じゃなくて良かった!

ヨコのカギ

- オナカのタブタブ、筋肉とは言わない!
- 昔の旅人がテクテク、たとえば中山道
- 仮面ライダーなど、改造人間のこと
- この魚で「ひつまぶし」
- 逆から読んでも「田植え○○」
- 量敷きもあればフローリングも
- 甲殻類の寿司ネタ、エビより平たい
- 普通や定期、当座などがある
- 出雲大社がある県
- 四字熟語「○○○惨憺」
- ・破・急
- 「ドラゴンボール」じゃない孫悟空のお話
- この鳥の一声、みんなを黙らせる
- チリが採掘量世界一の金属
- 可笑しすぎて、ヘソでわかちちゃう

ヒント 夏はこまめに水分補給を

答え

A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---