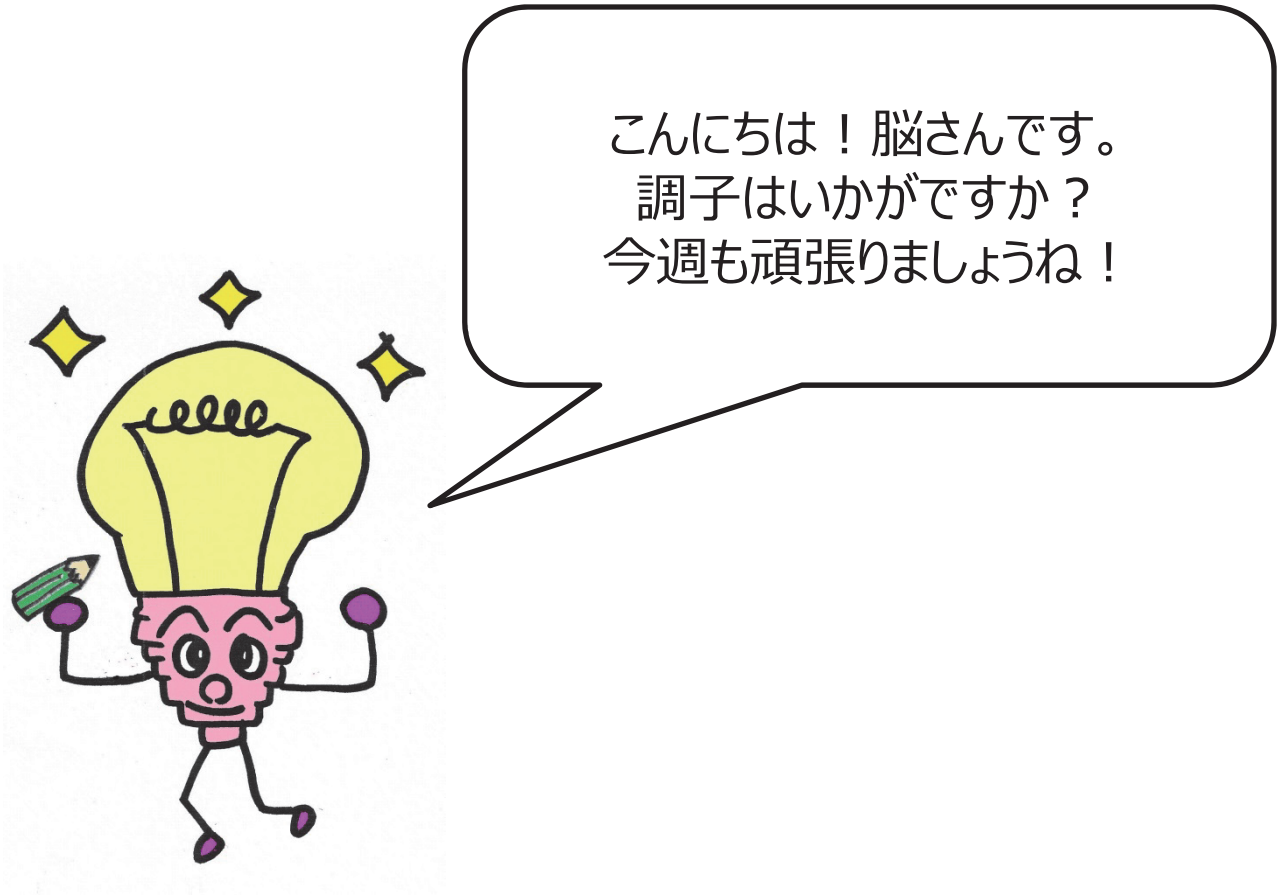
トレーニング
第4週



東京都健康長寿医療センター　リハビリテーション科

＜4週目の課題内容＞

- ■ 2つの数字ひろい
- ■ 単語ひろい
- ■ 図形推理
- ■ 点つなぎ模写

1日目

4週目

4-1
2つの数字ひろい

年　月　日

4に○、7に△をつけてください。
なるべく速く行ってください。

④	△7	3	7	5	3	2	6	4	8	7	6	2	8	5
1	3	0	7	1	3	7	5	2	0	4	8	8	6	0
7	7	9	1	4	5	3	7	2	3	5	0	3	7	8
6	3	9	0	9	8	6	3	1	2	4	9	2	1	9
4	3	3	9	4	3	2	1	3	6	5	6	8	7	9
8	7	6	4	0	3	5	7	6	6	8	7	3	1	2
3	6	9	5	4	7	3	3	0	8	6	0	8	3	3
7	4	6	7	4	5	5	8	3	0	7	6	0	7	9
7	5	4	2	1	4	1	6	4	6	9	7	5	4	4
7	8	9	2	6	4	2	0	8	6	3	0	7	5	0
0	4	0	8	7	7	4	0	5	7	9	0	3	8	7
1	4	1	3	7	2	4	8	9	8	7	4	3	1	3

4-1
単語ひろい

年　　月　　日

『い』という音が含まれる言葉に〇をつけてください。

例　“いんげん”には『い』が入るので〇　⇒　いんげん

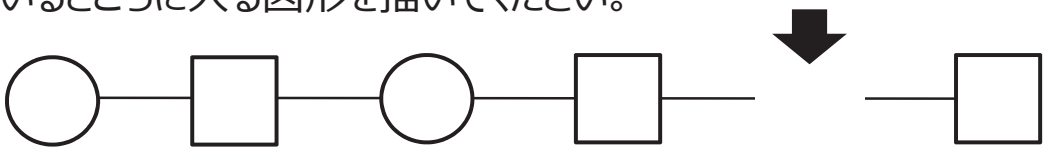
とけい	かんでんち	けいじばん
いんかん	ゆうえんち	はいく
パソコン	いかだ	れいぞうこ
てぶくろ	じょうぎ	きいろ

4-1
図形推理

年　　月　　日

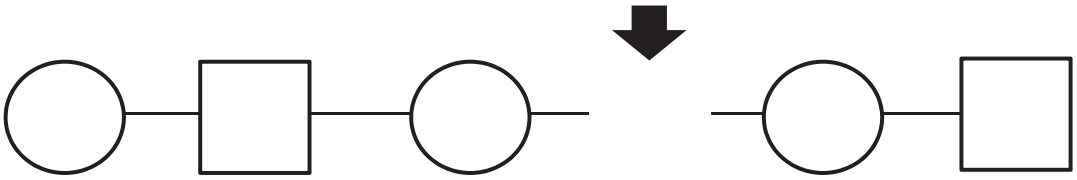
図形の出てくる順番は決まっています。
抜けているところに入る図形を描いてください。

例

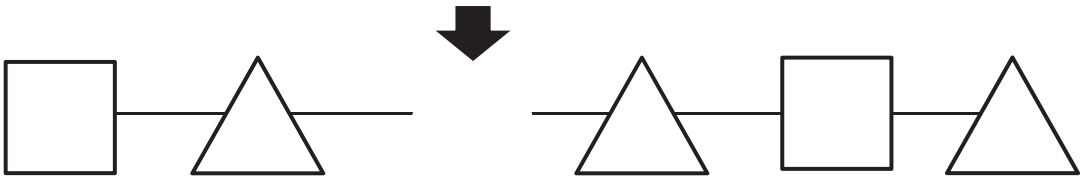


この場合、左から○と□が交互に並ぶ規則性があるので、抜けているところには、○が入ります。

問1



問2



問3

今日の一言

年　　月　　日

トレーニングお疲れ様でした。
トレーニングの内容や今日の出来事について振り返ってみましょう。

☆1～4の中から、当てはまる数字に〇をつけてください。

【今日の体調はどうですか？】
1.悪い　2.あまり良くない　3.まあまあ良い　4.良い

☆線上で当てはまる位置に縦線（｜）を引いてください。

【今日のトレーニングは意欲的に取り組めましたか？】

取り組めなかった ├──────────────────────┤ **取り組めた**

【今日のトレーニングは楽しかったですか？】

楽しめなかった ├──────────────────────┤ **楽しかった**

☆今日の感想、または今日の予定や振り返り（外出、食事、趣味、家族や友人など）を書いてください。

2日目

4-2
2つの数字ひろい

年　月　日

1に△、6に〇をつけてください。
なるべく速く行ってください。

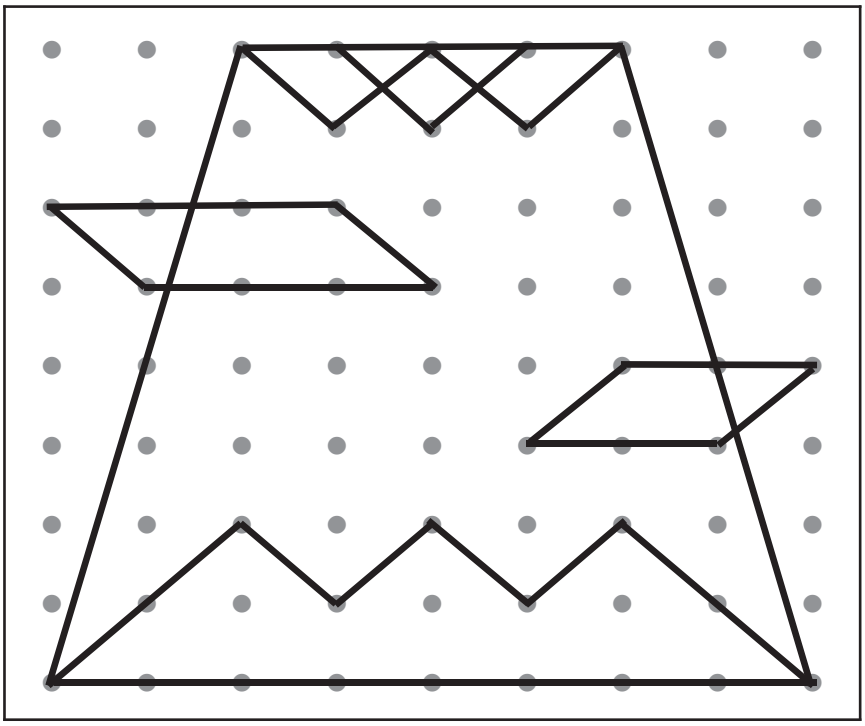
6	1	3	7	6	5	3	2	6	4	8	7	1	6	2
8	5	1	3	0	7	1	3	7	5	2	0	4	8	8
6	0	7	7	9	1	4	5	3	7	2	3	6	5	0
1	3	7	8	6	3	9	0	9	8	6	3	1	2	4
9	2	1	9	4	3	3	9	4	3	2	1	3	6	5
6	8	7	6	9	8	7	6	4	0	3	5	7	6	6
8	7	3	1	1	2	3	6	9	5	4	7	3	3	0
8	6	0	8	1	3	3	7	4	6	7	4	5	6	5
8	3	0	7	6	0	7	9	6	7	5	4	2	1	4
1	6	1	4	6	9	7	5	4	4	7	8	9	2	6
4	2	0	8	6	3	0	7	5	0	0	4	0	8	7
7	4	6	0	5	1	6	1	7	6	9	0	3	8	7

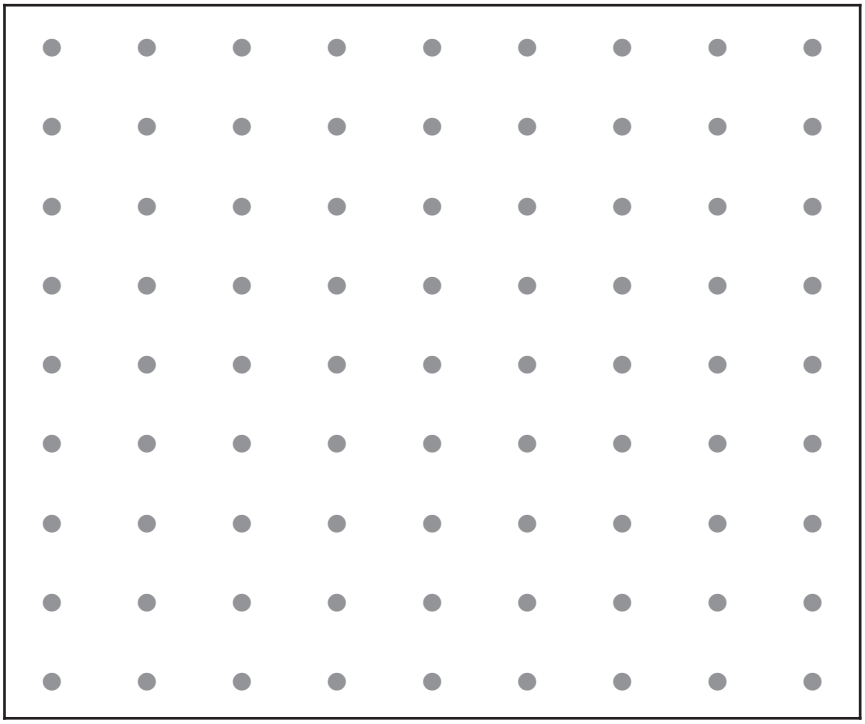
4週目

4-2
点つなぎ模写

年　　月　　日

上の絵と同じように点を線でつないでください。
定規は使用しないでください。



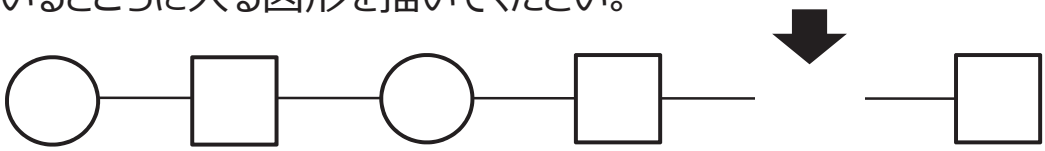


4-2
図形推理

年　　月　　日

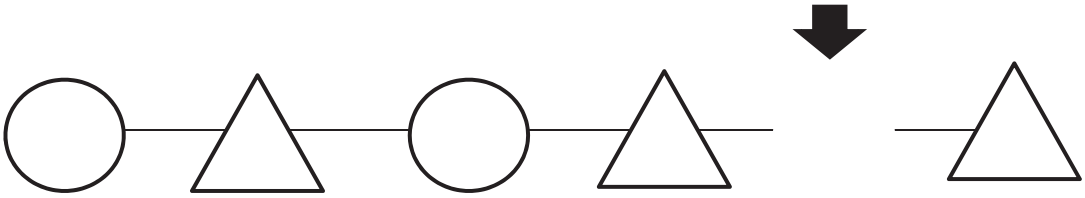
図形の出てくる順番は決まっています。
抜けているところに入る図形を描いてください。

例

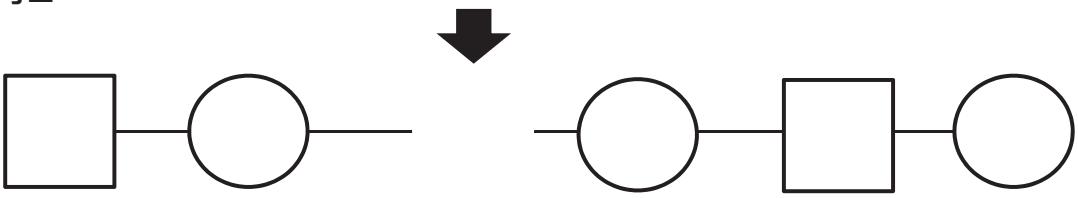


この場合、左から○と□が交互に並ぶ規則性があるので、抜けているところには、○が入ります。

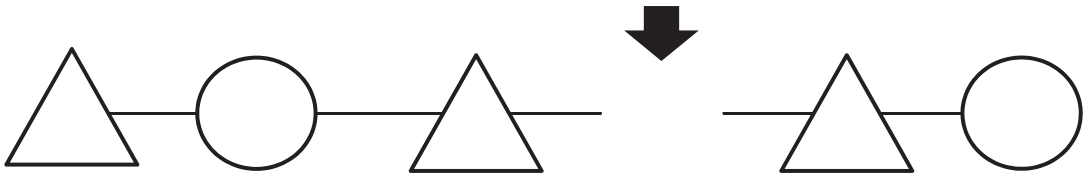
問1



問2



問3



今日の一言

年　　月　　日

トレーニングお疲れ様でした。
トレーニングの内容や今日の出来事について振り返ってみましょう。

☆1～4の中から、当てはまる数字に〇をつけてください。

【今日の体調はどうですか？】

1.悪い　2.あまり良くない　3.まあまあ良い　4.良い

☆線上で当てはまる位置に縦線（｜）を引いてください。

【今日のトレーニングは意欲的に取り組めましたか？】

取り組めなかった ├──────────────────────┤ **取り組めた**

【今日のトレーニングは楽しかったですか？】

楽しめなかった ├──────────────────────┤ **楽しかった**

☆今日の感想、または今日の予定や振り返り（外出、食事、趣味、家族や友人など）を書いてください。

3日目

4-3
2つの数字ひろい

年　　月　　日

3に〇、4に△をつけてください。
目標時間内で終わるように、なるべく速く行い、最後に所要時間を記入してください。

（目標時間　：　2分00秒）
（所要時間　：　分　　秒）

③	△4	3	7	5	3	2	4	6	4	8	7	6	2	8
4	5	1	3	0	7	1	3	7	5	4	5	2	0	4
8	8	6	0	4	1	7	7	9	1	4	5	3	7	2
3	5	0	4	3	7	8	6	3	9	0	9	8	6	4
3	1	2	4	9	2	1	9	4	3	3	9	4	3	2
1	3	6	5	6	4	8	7	9	8	7	6	4	0	3
5	7	4	6	6	8	7	3	1	2	3	6	9	5	4
7	3	3	0	8	6	4	0	8	3	3	7	4	6	7
4	5	5	8	3	1	3	0	7	6	0	4	7	3	9
5	4	2	1	4	1	6	4	6	9	7	5	4	4	7
8	9	2	6	4	2	0	8	4	6	3	0	4	7	5
0	0	4	0	8	7	7	4	0	5	7	9	0	3	8

4-3
単語ひろい

年　　月　　日

『か』という音が含まれる言葉に〇をつけてください。

例　“かんな”には『か』が入るので〇　⇒　かんな

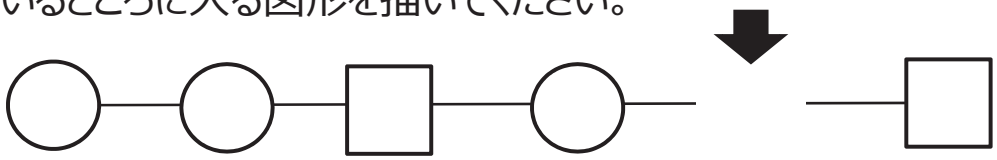
みどり	かき	さかな
ランドセル	さんかんび	ドーナッツ
りょこう	みみず	たんすいかぶつ
かさ	マスカット	けんこう
サラダ	いぬ	げんかん
すいか	つきみ	かいしゃ

4-3
図形推理

年　　月　　日

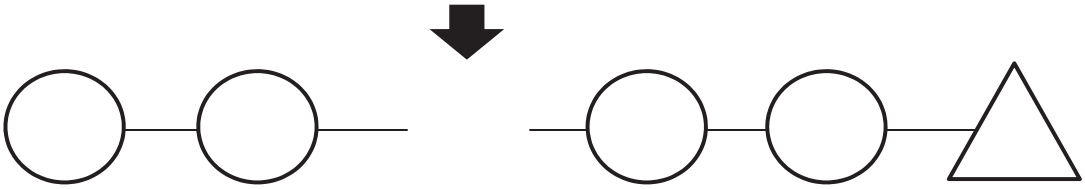
図形の出てくる順番は決まっています。
抜けているところに入る図形を描いてください。

例

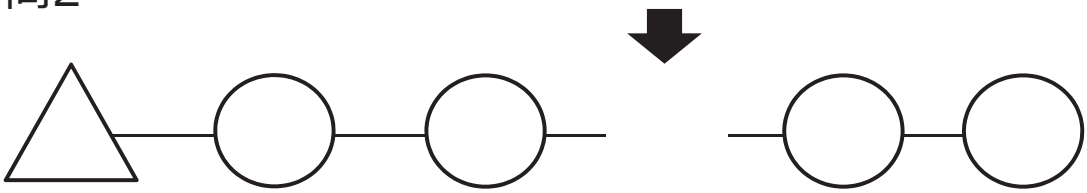


この場合、左から○○□という規則性があるので、抜けているところには、○が入ります。

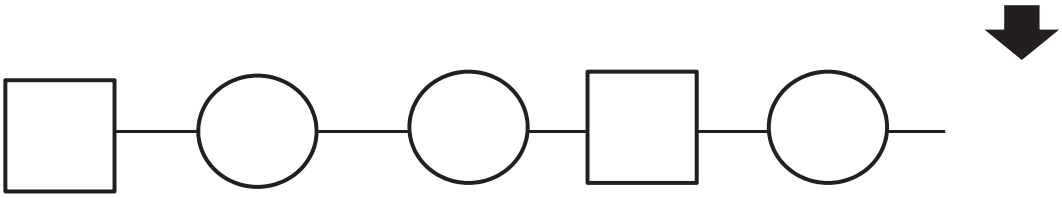
問1



問2



問3



今日の一言

年　　月　　日

トレーニングお疲れ様でした。
トレーニングの内容や今日の出来事について振り返ってみましょう。

☆1～4の中から、当てはまる数字に〇をつけてください。

【今日の体調はどうですか？】
1.悪い　2.あまり良くない　3.まあまあ良い　4.良い

☆線上で当てはまる位置に縦線（｜）を引いてください。

【今日のトレーニングは意欲的に取り組めましたか？】

取り組めなかった ├──────────────────────┤ **取り組めた**

【今日のトレーニングは楽しかったですか？】

楽しめなかった ├──────────────────────┤ **楽しかった**

☆今日の感想、または今日の予定や振り返り（外出、食事、趣味、家族や友人など）を書いてください。

4日目

4-4
2つの数字ひろい

年　　月　　日

3に△ 、8に〇をつけてください。
目標時間内で終わるように、なるべく速く行い、最後に所要時間を記入してください。

（目標時間 ： 2分00秒）
（所要時間 ： 分　 秒）

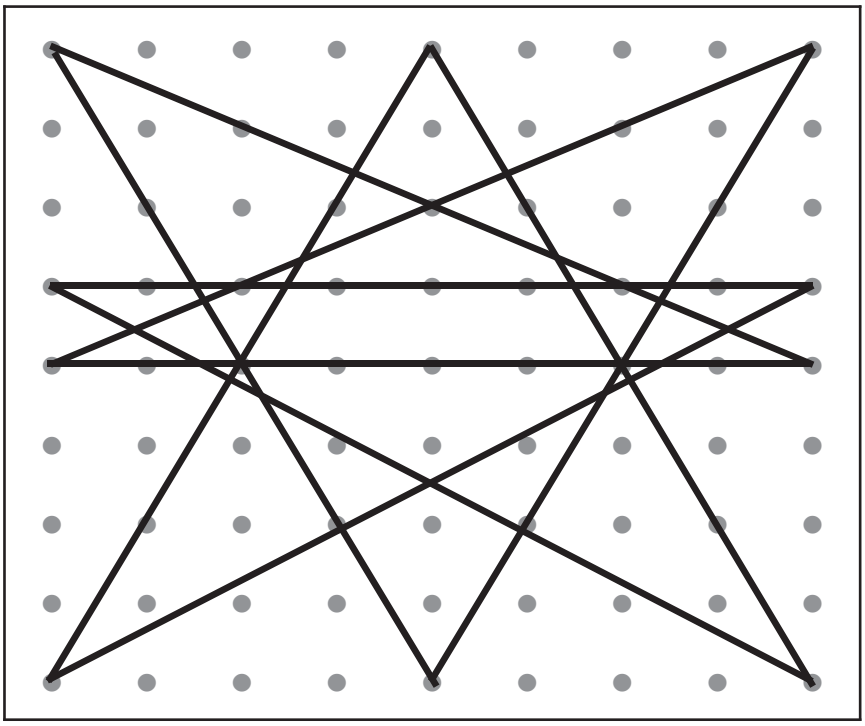
⑧	△3	3	7	5	3	2	6	4	8	7	6	2	8	5
1	3	0	7	1	3	7	5	2	0	4	8	8	6	0
7	7	9	1	4	5	3	7	2	3	5	0	3	7	8
6	3	9	0	9	8	6	3	1	2	3	4	9	2	1
9	4	3	3	9	4	3	2	1	3	6	5	6	3	8
7	9	7	8	6	4	0	3	5	7	6	6	8	7	3
3	1	2	6	8	9	8	5	4	7	3	0	6	0	8
3	7	8	4	3	6	7	4	5	5	8	3	0	7	3
6	8	0	7	9	7	8	5	3	4	2	1	4	1	8
6	4	3	6	9	7	5	8	8	4	4	7	8	9	2
8	4	2	0	8	6	3	0	7	5	3	0	0	3	4
0	8	7	3	7	4	8	0	5	7	9	0	3	8	7

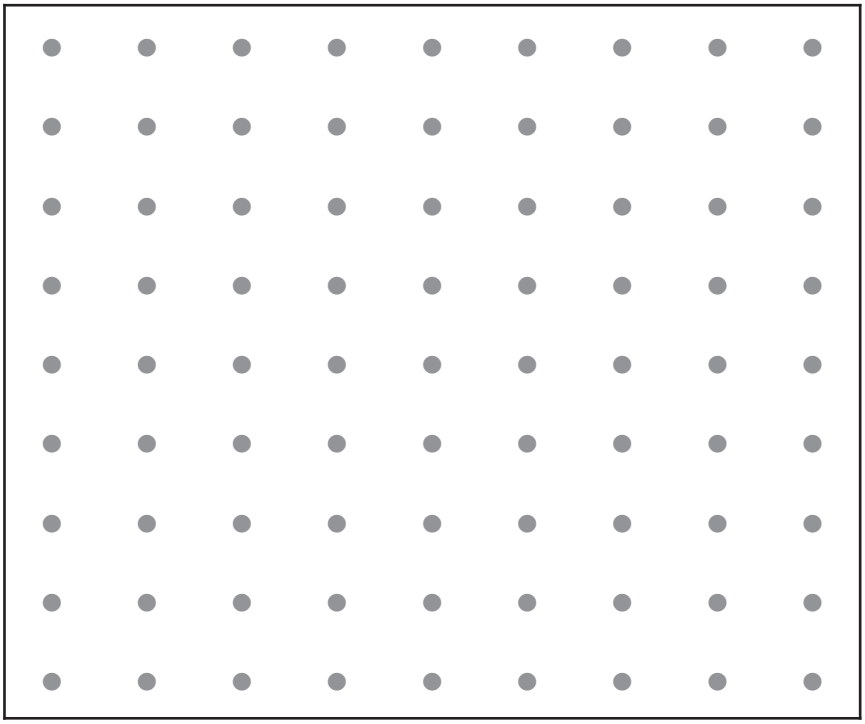
4週目

4-4
点つなぎ模写

年　　月　　日

上の絵と同じように点を線でつないでください。
定規は使用しないでください。



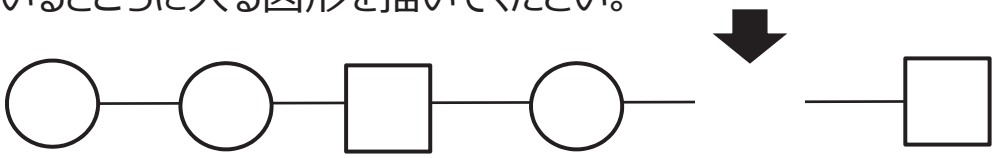


4-4
図形推理

年　　月　　日

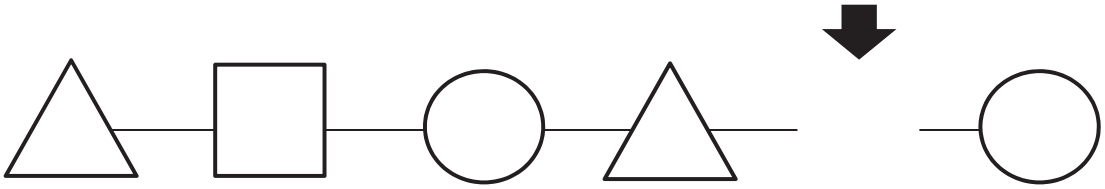
図形の出てくる順番は決まっています。
抜けているところに入る図形を描いてください。

例

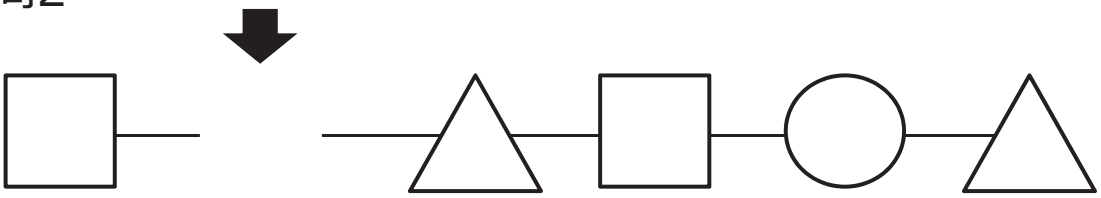


この場合、左から○○□という規則性があるので、抜けているところには、○が入ります。

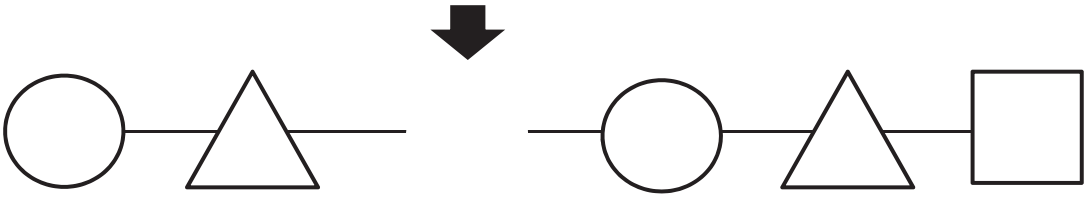
問1



問2



問3



今日の一言

年　　月　　日

トレーニングお疲れ様でした。
トレーニングの内容や今日の出来事について振り返ってみましょう。

☆1～4の中から、当てはまる数字に〇をつけてください。

【今日の体調はどうですか？】
1.悪い　2.あまり良くない　3.まあまあ良い　4.良い

☆線上で当てはまる位置に縦線（｜）を引いてください。

【今日のトレーニングは意欲的に取り組めましたか？】

取り組めなかった ├──────────────────────┤ **取り組めた**

【今日のトレーニングは楽しかったですか？】

楽しめなかった ├──────────────────────┤ **楽しかった**

☆今日の感想、または今日の予定や振り返り（外出、食事、趣味、家族や友人など）を書いてください。

5日目

4-5
2つの数字ひろい

年　　月　　日

6に〇、9に△をつけてください。
目標時間内で終わるように、なるべく速く行い、最後に所要時間を記入してください。

（目標時間　：　2分00秒）
（所要時間　：　分　　秒）

△9 ⑥ 3 7 5 3 9 2 6 4 8 7 6 2 8
5 1 3 0 7 1 6 3 7 5 2 0 4 9 8
8 6 0 7 7 9 1 4 9 5 3 6 7 2 3
5 0 3 7 8 6 9 3 9 0 9 8 6 3 1
6 2 4 9 2 1 9 4 3 3 9 4 3 2 1
3 6 6 5 6 8 7 9 8 7 6 4 9 0 9
3 5 7 6 6 8 7 6 3 1 2 3 6 9 5
4 9 9 7 3 9 3 0 8 9 6 0 8 3 3
7 4 6 7 9 4 5 5 8 6 3 0 7 6 0
7 9 7 5 4 2 1 4 1 6 6 4 6 9 7
5 4 4 7 8 9 2 6 4 2 0 8 6 3 0
9 7 5 0 0 4 0 9 6 8 7 7 4 0 6

4-5
単語ひろい

年　　月　　日

『ん』という音が含まれる言葉に〇をつけてください。

例　“いんげん”には『ん』が入るので〇　⇒　いんげん

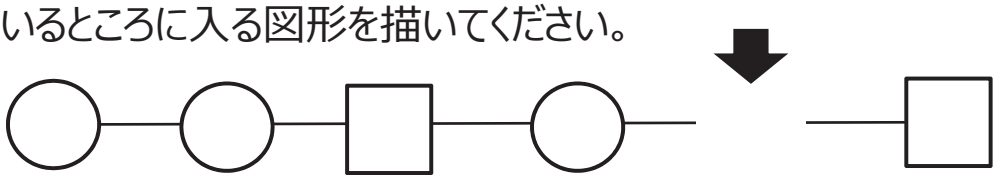
季節	空	人参
電車	ラクダ	天ぷら
風船	望遠鏡	わさび
忍者	携帯電話	にわとり

4-5
図形推理

年　　月　　日

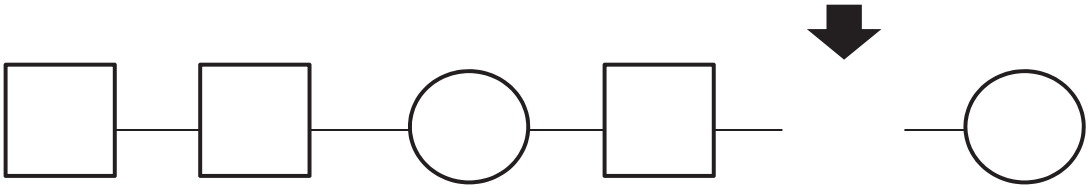
図形の出てくる順番は決まっています。
抜けているところに入る図形を描いてください。

例

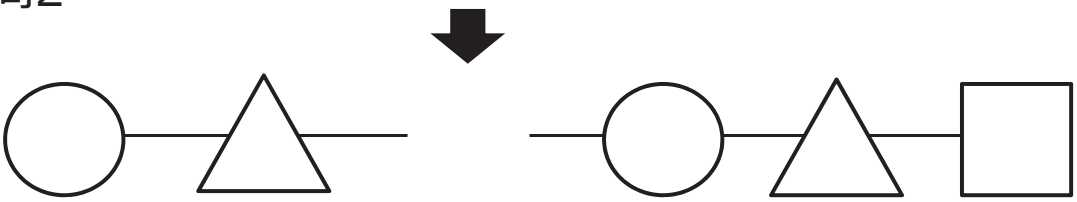


この場合、左から○○□という規則性があるので、抜けているところには、○が入ります。

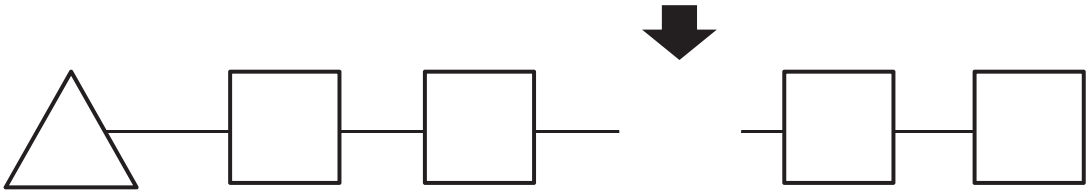
問1



問2



問3



今日の一言

年　　月　　日

トレーニングお疲れ様でした。
トレーニングの内容や今日の出来事について振り返ってみましょう。

☆1～4の中から、当てはまる数字に〇をつけてください。

【今日の体調はどうですか？】
1.悪い　2.あまり良くない　3.まあまあ良い　4.良い

☆線上で当てはまる位置に縦線（｜）を引いてください。

【今日のトレーニングは意欲的に取り組めましたか？】

取り組めなかった ├──────────────────────┤ **取り組めた**

【今日のトレーニングは楽しかったですか？】

楽しめなかった ├──────────────────────┤ **楽しかった**

☆今日の感想、または今日の予定や振り返り（外出、食事、趣味、家族や友人など）を書いてください。

6日目

4-6
2つの数字ひろい

年　　月　　日

3に〇、8に△つけてください。
目標時間内で終わるように、なるべく速く行い、最後に所要時間を記入してください。

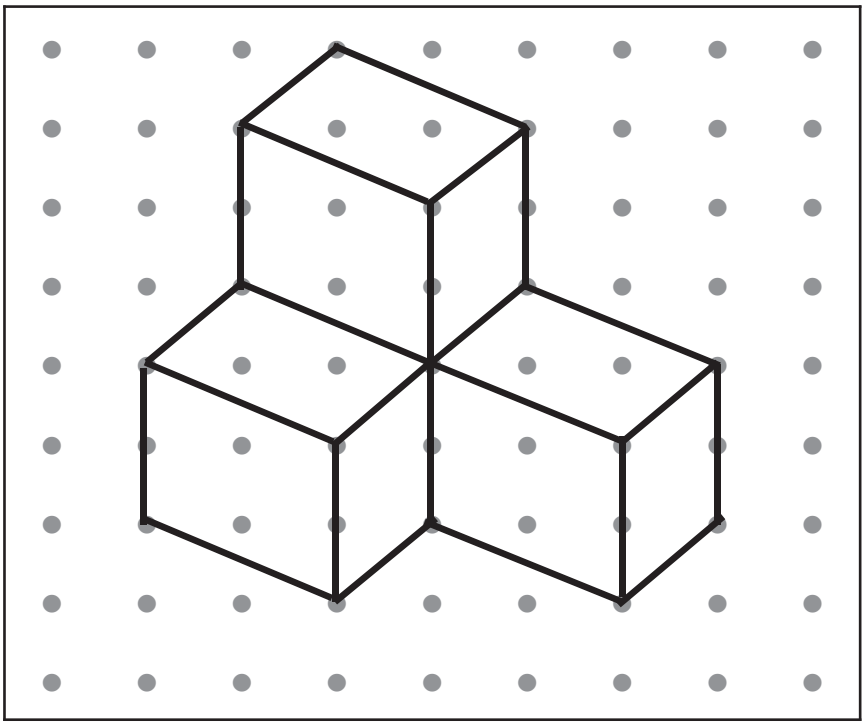
（目標時間　：　2分00秒）
（所要時間　：　分　　秒）

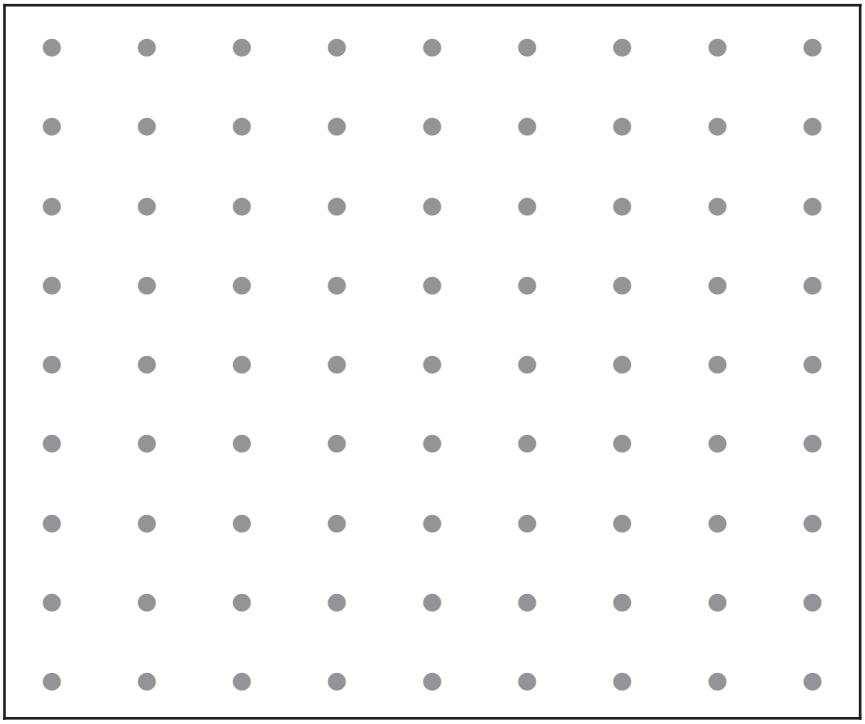
3	8	3	1	7	2	5	3	2	6	4	8	7	6	8
1	3	0	7	1	3	7	5	8	2	0	4	8	8	6
0	7	7	3	9	1	4	5	3	7	2	3	8	5	0
3	7	8	6	3	9	8	0	9	8	6	3	1	2	8
4	9	2	1	9	8	4	3	3	9	4	3	2	1	3
3	6	5	6	8	7	9	8	7	6	4	8	0	3	5
7	6	6	8	7	8	3	1	2	3	6	9	5	8	4
7	3	3	0	8	6	0	8	3	3	7	4	6	7	8
4	5	5	8	3	0	7	6	0	8	7	3	9	7	5
4	2	1	8	8	4	1	6	3	4	6	9	7	5	3
4	4	7	8	9	2	6	4	2	0	8	6	3	0	7
8	5	0	0	3	4	0	8	7	1	3	7	4	0	9

4-6
点つなぎ模写

年　　月　　日

上の絵と同じように点を線でつないでください。
定規は使用しないでください。



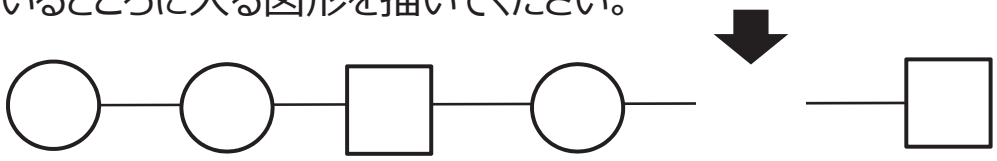


4-6
図形推理

年　　月　　日

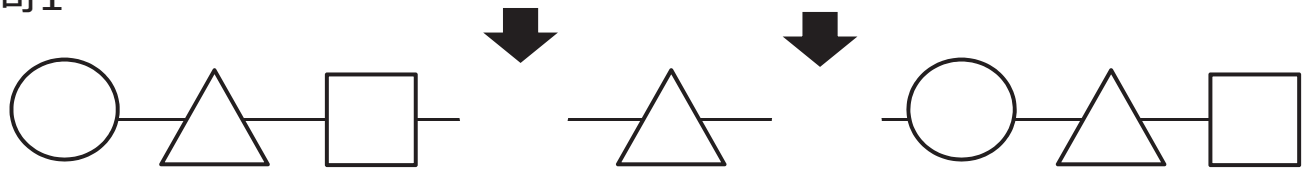
図形の出てくる順番は決まっています。
抜けているところに入る図形を描いてください。

例

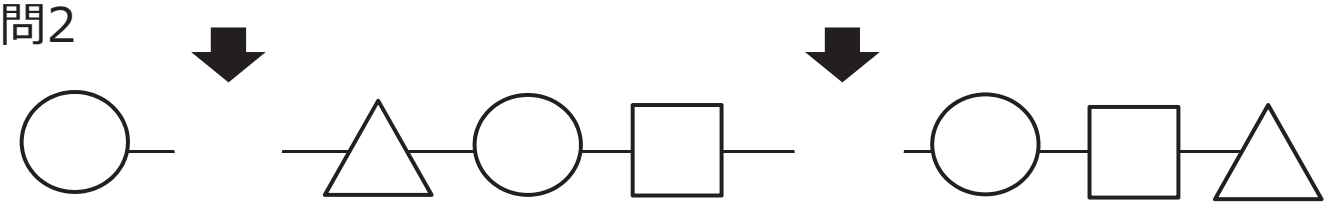


この場合、左から○○□という規則性があるので、抜けているところには、○が入ります。

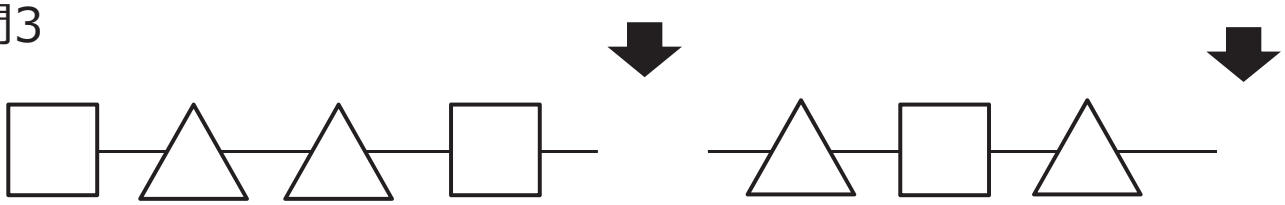
問1



問2



問3



今日の一言

年　　月　　日

トレーニングお疲れ様でした。
トレーニングの内容や今日の出来事について振り返ってみましょう。

☆1～4の中から、当てはまる数字に〇をつけてください。

【今日の体調はどうですか？】
1.悪い　2.あまり良くない　3.まあまあ良い　4.良い

☆線上で当てはまる位置に縦線（｜）を引いてください。

【今日のトレーニングは意欲的に取り組めましたか？】

取り組めなかった ├──────────────────────┤ **取り組めた**

【今日のトレーニングは楽しかったですか？】

楽しめなかった ├──────────────────────┤ **楽しかった**

☆今日の感想、または今日の予定や振り返り（外出、食事、趣味、家族や友人など）を書いてください。

7日目

4-7
2つの数字ひろい

年　　月　　日

3に○、5に△をつけてください。
目標時間内で終わるように、なるべく速く行い、最後に所要時間を記入してください。

（目標時間　：　2分00秒）
（所要時間　：　分　　秒）

③	△5	1	3	7	2	5	2	6	4	8	7	3	6	2
8	1	3	0	7	1	3	7	5	2	0	4	5	8	8
6	0	7	7	5	9	1	4	5	3	7	2	3	5	0
3	7	8	6	3	9	0	9	5	8	6	3	1	2	4
9	2	1	9	4	3	3	9	4	3	2	1	5	3	6
5	6	8	7	9	8	7	6	4	0	3	5	7	6	5
6	8	7	3	1	2	3	6	9	5	4	5	6	7	3
3	0	8	6	0	8	3	3	7	4	6	7	4	5	5
8	3	0	3	7	6	0	7	9	7	5	4	5	2	1
4	1	5	6	4	6	9	7	3	5	4	4	5	7	8
9	2	6	4	2	3	0	5	8	6	3	0	7	5	5
0	4	0	5	8	5	7	4	3	0	5	7	1	2	6

4-7
単語ひろい

年　　月　　日

『り』という音が含まれる言葉に〇をつけてください。

例　“リンゴ”には『り』が入るので〇　⇒　リンゴ

雷	リス	柿
草履	たけのこ	ラジオ
台風	ざりがに	踏切
ガソリン	鉛筆削り	コンビニ
太陽	掘りごたつ	ライター
風鈴	図書館	氷砂糖

4-7
図形推理

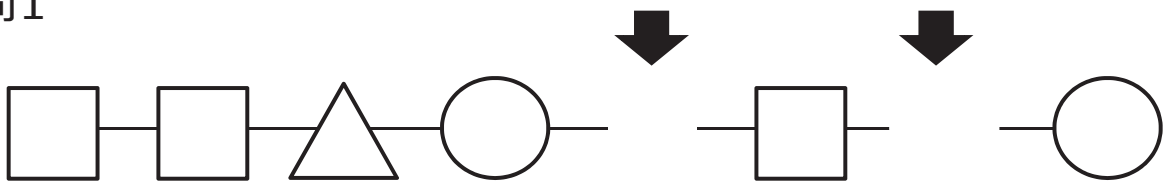
年　　月　　日

図形の出てくる順番は決まっています。
抜けているところに入る図形を描いてください。

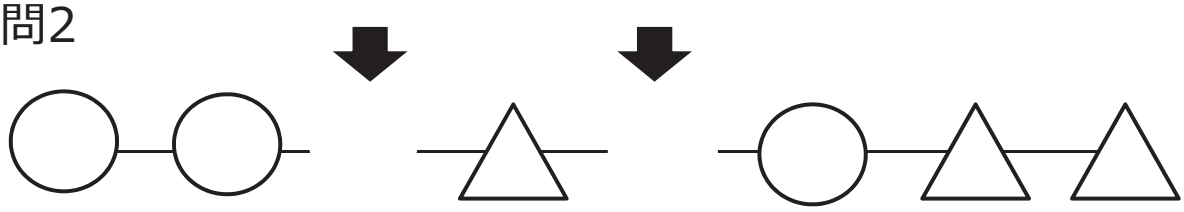
例

この場合、左から□○○△という規則性があるので、抜けているところには、○が入ります。

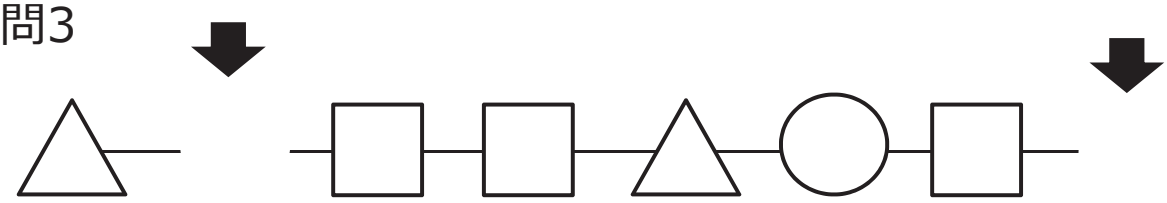
問1



問2



問3



今日の一言

年　　月　　日

トレーニングお疲れ様でした。
トレーニングの内容や今日の出来事について振り返ってみましょう。

☆1～4の中から、当てはまる数字に〇をつけてください。

【今日の体調はどうですか？】
1.悪い　2.あまり良くない　3.まあまあ良い　4.良い

☆線上で当てはまる位置に縦線（｜）を引いてください。

【今日のトレーニングは意欲的に取り組めましたか？】

取り組めなかった ├──────────────────────┤ **取り組めた**

【今日のトレーニングは楽しかったですか？】

楽しめなかった ├──────────────────────┤ **楽しかった**

☆今日の感想、または今日の予定や振り返り（外出、食事、趣味、家族や友人など）を書いてください。