

新しい大人の学びレクリエーション

学まなび レク

脳科学の研究に基づき「脳の活性化」を図る

ワーキングメモリトレーニング教材

(全10種)のご紹介

加齢の影響により衰退しやすいことが知られている「ワーキングメモリ」
私たちは長年の研究と教育の場での実践をベースに、高齢者の方々に
「楽しく」「適度な負荷で」取り組んでいただける教材を作成しました。

プレレベル (①~⑤)



- ①ひらがな ②カタカナ
③数字 ④形 ⑤位置

各3レベル / 計30ページ

point

処理速度やワーキングメモリ能力は加齢とともに急速に低下するとされていますが、適度な負荷をかけて継続的にトレーニングすることで日常生活における下記の項目で改善を図ります。

短期記憶

自らの行動に必要な力を一時的に記憶に留めておく力

行動記憶 (自己制御能力・情報操作)

計画や条件に従って自らの行動を制御(反応・抑制)する力
記憶した情報を抽出・整理したり、他の情報と組み合わせたり、制御(反応・抑制)する力

モニタリング

自らの行動を客観的に捉え、予定通りに進めていく力

基本レベル (①~⑤)



- ①順に消そう! ②数えよう!
③なかまはずれは?
④ぬけている数字は?
⑤たてよこなめの和

各3レベル / 計30ページ

example



たとえば、基本レベル①『順に消そう!』では1つのタスクを遂行中に新しい情報を追加(記憶)するタスクを同時に進めることで、短期記憶・入力選択・妨害排除などの能力が鍛えられます。

※子ども向け教材もご用意しております。 ※その他、下記までお気軽にお問い合わせください。

全教研グループ
才能開発教室

インフィニットマインド

092-753-7215

【住所】福岡市中央区高砂1-2-4-2F 【受付】火~土 / 11:00~19:00

FAX 092-753-7217 Mail info@infinitemind.jp