



プレミアムコンテンツのご案内

2022年6月

「楽しく脳活クイズ」

今月の配信ラインナップ

「楽しく脳活クイズ」

※配信日は6月1日です。

「楽しく脳活クイズ」 第二弾の配信です。
各クイズの内容は下記になります。是非挑戦してみましょう！

スピード暗算 … 画面に表示される数字などを計算するクイズ

逆さ文字クイズ … 逆さになっている文字を読むクイズ

抜けている数字当てクイズ … 数字の中で抜けている数字を探すクイズ

スピード暗算

▶ 初級編② ◀

2

♀ い

9 3 5 1 10 6 8 4 2

5

選曲番号	コンテンツ名	再生時間
980118	(初級編)②スピード暗算	約6分
980119	(初級編)①逆さ文字クイズ	約7分
980120	(初級編)①抜けている数字当てクイズ	約6分

※対象者： 一般 支援 介護

楽しく
脳活クイズ
検索方法

健康王国

遊ぶ

楽しく
脳活クイズ

コンテンツ
選択

予約

※コンテンツ/配信日は予告なく変更される場合があります。

2022年6月

「実践!機能訓練」

「実践!機能訓練」

「実践!機能訓練」の追加配信です。

〈掃除動作訓練〉では「体幹」や「下半身」を、

〈洗濯動作訓練〉では「体幹」や「全身」を中心に動かします。

座ったままでできるので、気軽にやってみましょう！



選曲番号	コンテンツ名	再生時間
980121	掃除動作訓練	約10分
980122	洗濯動作訓練	約11分

※対象者： 一般 支援 介護

実践！機能訓練
検索方法

健康王国

体を
動かす

実践！
機能訓練

コンテンツ
選択

予約

2022年 6月 今月のおすすめプログラム

テーマ：手指体操プログラム

手指の体操を中心に行えるプログラムです。

手指を動かすことは脳への良い刺激になると言われています。

体操や手遊び歌をお楽しみください。

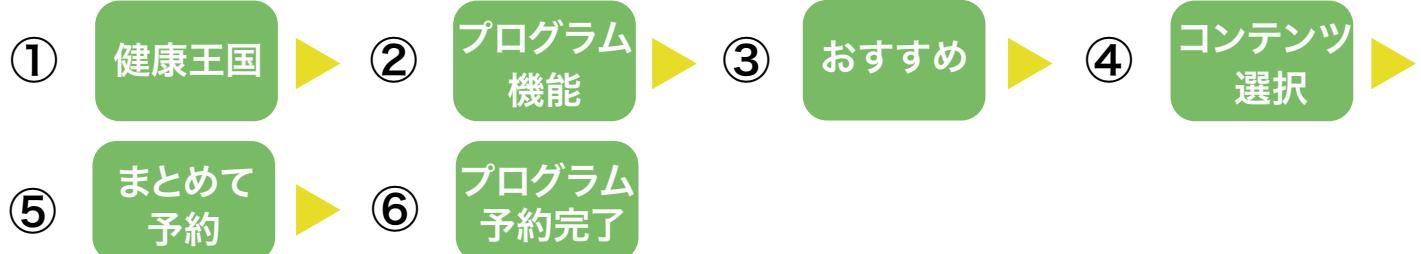
以前のプログラムからコンテンツの入れ替えを行っています。

NO	選曲番号	曲名	歌手名	演奏時間
1	973836	手指のすっきり体操	手指体操	4分33秒
2	973936	(初級編)ふるさと	タップネス～頭と心の健康 ウォーキング～	4分07秒
3	973887	(初級編)頭のエクササイズ<緑>	なないろエクササイズ	8分02秒

合計時間

16分42秒

操作方法



※コンテンツは予告なく変更される場合があります。