16. 料理の手順を並べる

身近な料理を題材に、順序立てて考える課題です。



【問題1】みそ汁を作る手順を、自然な順番に1〜5で並べましょう。



□ 具材を切る



□ 鍋にだしを入れて火にかける



□ 具材を煮る



□ 火を弱めて、みそを溶く



□ お椀によそう

【問題2】途中で「豆腐を入れ忘れた」と気づきました。どこで入れますか。

【問題3】あなたがよく作った料理・好きな料理を1つ書いてみましょう。

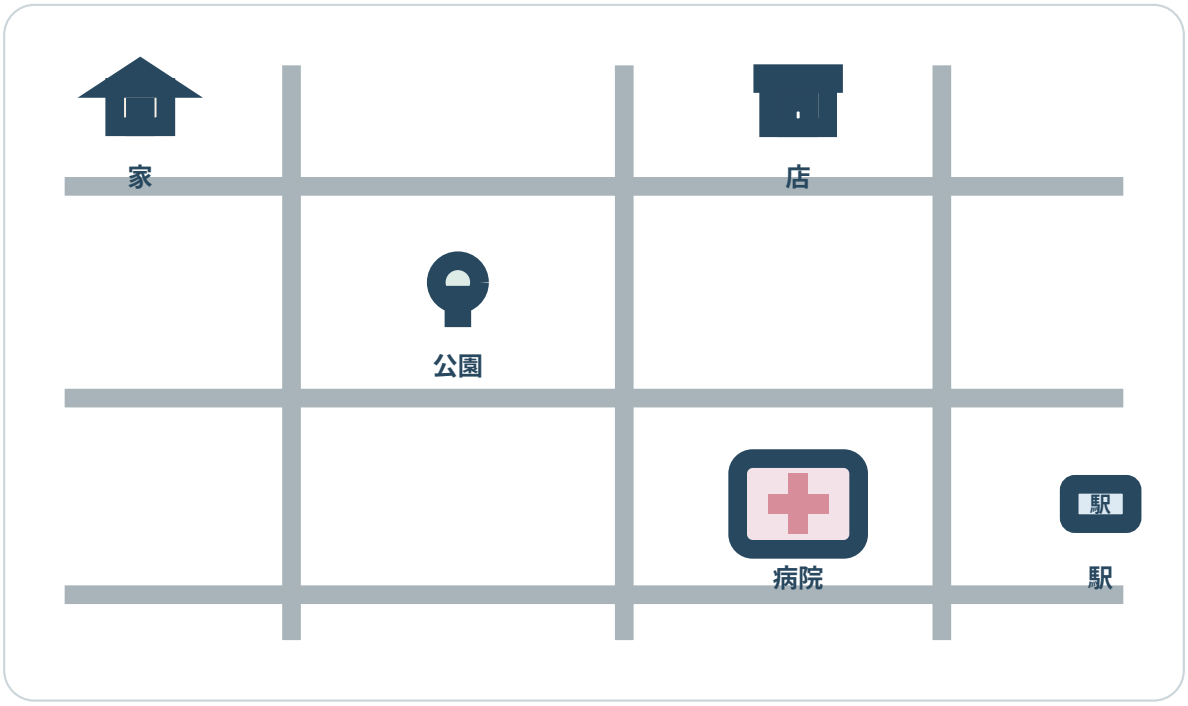
【問題4】その料理で最初にすることは何ですか。

※家庭によって手順は多少異なります。正解だけでなく「いつもどうしていたか」を大切にします。

17. 地図を見て道順を考える

位置関係を確認しながら、目的地までの道順を考える課題です。

【地図】家から病院まで行ってみましょう。



【問題1】家から病院へ行く道順を、職員さんに説明してみましょう。

【問題2】途中で公園に寄るなら、どんな道順になりますか。

【問題3】病院の近くにある場所は何ですか。

18. 電話メモから必要な情報を探す

短い文章から、必要な情報を整理する課題です。



【電話メモ】下の内容を読んでください。

田中さんから電話がありました。
明日の午後2時ごろに、家へ伺いたいそうです。
持ってくるものは、先日借りた本です。
都合が悪い場合は、今日の夕方までに連絡してください。

【問題1】電話をくれた人は誰ですか。

【問題2】いつ家へ来る予定ですか。

【問題3】何を持ってくる予定ですか。

【問題4】都合が悪い場合、いつまでに連絡しますか。

【問題5】この内容を家族に短く伝えるなら、どう伝えますか。

19. 条件に合うものを選ぶ

複数の条件を確認しながら、必要なものだけを選ぶ課題です。

【設定】次の条件に合うものを選びましょう。

条件① 200円以下

条件② 食べ物



りんご
160円
食べ物



タオル
250円
日用品



豆腐
90円
食べ物



お茶
120円
飲み物



パン
180円
食べ物



洗剤
210円
日用品

【問題1】条件①と②の両方に合うものを選びましょう。

【問題2】条件を「150円以下」に変えると、どれが残りますか。

【問題3】条件を1つ増やすなら、どんな条件にしますか。

20. 天気と服装を考える

季節や天気を見ながら、外出時の服装を考える課題です。



【場面1】春。気温18℃、晴れ。近所へ散歩に行きます。



どんな服装がよいと思いますか。

① 半袖1枚　② 長袖＋薄手の上着　③ 厚いコート

【場面2】冬。気温5℃、風が強い日です。



外出するとしたら、どれを選びますか。

① 薄手のシャツ　② セーター＋上着　③ 半袖

【問題3】雨が降りそうな日に追加で持つものを2つ考えましょう。

【問題4】暑さ・寒さを感じにくい人に、職員は何を確認するとよいですか。

※服装は体調・活動量・個人差でも変わります。唯一の正解を決める課題ではありません。

職員向け解説｜脳トレ資料16〜20

ねらい・答え・難易度調整・声かけのポイント

16. 料理の手順を並べる

主な機能：遂行機能、順序立て、生活記憶、問題解決。

みそ汁の一例は「具材を切る→だしを温める→具材を煮る→火を弱めてみそを溶く→お椀によそう」。家庭によって順序が前後する場合があります。

正解を固定しすぎず、本人の経験を聞きながら進めます。難しい場合は3工程に減らします。

17. 地図を見て道順を考える

主な機能：視空間認知、位置関係、注意、遂行機能。

地図上の目印を使って道順を説明する課題です。左右の理解が難しい場合は「公園のところで曲がる」など、目印を使った表現で構いません。

地図を回転させたり、指で道をたどったりしても構いません。

18. 電話メモから必要な情報を探す

主な機能：読解、注意、情報抽出、ワーキングメモリ。

答え：①田中さん ②明日の午後2時ごろ ③先日借りた本 ④今日の夕方まで。

文章量が多い場合は1文ずつ読み、重要語に線を引くなど支援します。問題5は自由回答です。

19. 条件に合うものを選ぶ

主な機能：選択性注意、条件保持、抑制、判断。

条件①200円以下＋条件②食べ物に合うのは、りんご・豆腐・パン。150円以下に変えると豆腐が残ります。

難しい場合は条件を1つに減らし、慣れてから2条件へ増やします。

職員向け解説｜脳トレ資料16〜20（続き）

ねらい・答え・難易度調整・声かけのポイント

20. 天気と服装を考える

主な機能：生活判断、状況理解、意思決定、自己管理。

場面1は②が一例、場面2は②が一例です。ただし体調や活動量、暑さ寒さの感じ方で変わるため、唯一の正解とはしません。

問題4では、本人の訴えだけでなく気温・衣服・発汗・顔色・活動量などの確認を会話につなげます。