

두/걸/음

두뇌건강 놀이책 2



두뇌건강놀이책을 시작하며

‘인지’란 어떤 대상을 인식하여 아는 것을 말하는데 과거의 경험이나 새로운 정보를 습득하는 과정을 통해 우리가 살아가는 일상생활을 이롭게 하는데 아주 중요한 요소입니다. 사람에 따라 조금씩의 차이는 있지만 노화과정을 겪으며 인지기능은 점차 감퇴하기 시작합니다. 고령화에 따른 두려운 질병 1위로 뽑힌 ‘치매’는 결국 예방이 중요하며, 다양한 사회활동뿐만 아니라 꾸준한 학습에 의한 뇌의 단련도 중요한 부분을 차지하고 있습니다.

치매 예방 및 치매 진행 속도를 낮추기 위해선 가정, 보건소, 기관 등에서 손쉬운 두뇌건강 활동을 수행하는 것이 좋습니다. 기존에는 주로 운동, 노래, 미술활동 등의 신체활동 위주로 치매예방프로그램을 시행한 데 비해, 이 책은 읽기, 쓰기, 말하기, 만들기 등을 복합한 여러 가지 인지활동이 포함된 내용으로 구성되어 더욱 다양한 방면에서의 인지 활동이 가능합니다.

고학력 및 문맹 모두 원활히 수행할 수 있도록 도형이나 이미지를 많이 포함하고 있으며 책자 한권과 필기 도구만으로 인지기능 향상 및 유지에 도움을 주어 어르신들의 뇌를 건강하고 행복하게 만들어 줄 수 있습니다.

강원도광역치매센터에서는 2014년부터 인지건강 훈련용 ‘두뇌건강놀이책’을 제작·배포하여 치매관리사업 담당, 치매환자 및 가족, 요양보호사, 유관기관 및 요양시설 프로그램 담당자에 의해 개인뿐만 아니라 집단 프로그램에서 널리 사용되고 있습니다. 또한 2021년 난이도 조절 및 1주차 단위의 분권 등 리뉴얼을 진행하여 보다 많은 기관에서 편리하게 사용하도록 노력하였습니다.

어르신들의 두뇌건강을 위해 전문가의 경험과 다양한 문헌, 기존에 보급된 자료가 이 책을 발간하는데 큰 힘이 되었습니다. 앞으로 이 책이 꾸준히 사용되어 치매 걱정없는 행복한 일상이 되기를 기원합니다.
감사합니다.

목차

CONTENTS



지남력

자신과 자신 이외의
외부와의 연관성을
아는 능력



주의집중력

주변환경에서 오는
자극을 적절하게 선택하여
반응하는 능력



기억력

새로운 정보를 저장하고
필요한 정보를
회상해내는 능력



실행기능

자신을 통찰하고
유연한 생각으로 정보를
조작하고 계획하는 능력

1주차 | 일일점검표

1일차	09
2일차	13
3일차	17

2주차 | 일일점검표

4일차	25
5일차	29
6일차	33

3주차 | 일일점검표

7일차	41
8일차	45
9일차	49

4주차 | 일일점검표

10일차	57
11일차	61
12일차	65

부록

정답	70
참고문헌	73

두뇌건강훈련 1주차

여기서 잠깐!

준비물

사무용품 | 연필, 지우개, 색연필, 가위

기타물품 | 색종이, A4종이, 신문, 잡지, 블록, 풍선등

나의 기억력을 테스트해 봅시다.

1. 오늘의 날짜, 시간, 요일, 계절은?

1	현재 날짜와 시간	20 _____ 년 _____ 월 _____ 일 _____ 시 _____ 분
2	요일	일 / 월 / 화 / 수 / 목 / 금 / 토
3	계절	봄 / 여름 / 가을 / 겨울

2. 지금 있는 곳의 주소를 말해보세요.

예: 강원도 춘천시 백령로 156 (효자동 17-1)

_____ 도 _____ 시 _____ 군(구) _____ 동(면)입니다.

3. 다음의 단어를 읽고 기억해 보세요. ※ 아래 5번 문항을 진행한 후 단어를 말해보세요.

기린

시계

안경

고등어

대나무

강아지

4. 다음을 계산해 봅시다.

1) $37 + 25 =$

2) $47 + 112 =$

3) $135 - 88 =$

4) $145 + 111 - 56 =$

5) $40 + 217 =$

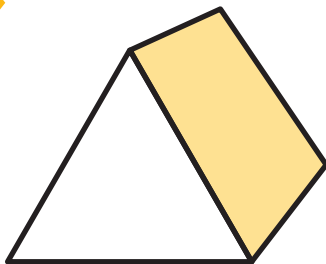
6) $59 - 36 + 121 =$

7) $145 + 39 =$

8) $210 - 164 =$

5. 예시의 그림을 보고 빈칸에 그려보세요.


예 시





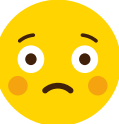



※ 3번에서 기억했던 6개의 단어를 모두 말해보세요.

일일 점검표

오늘 날씨는 어떨까요?

					
맑음	구름	비	흐림	눈	바람

오늘 기분은 어떨까요?

					
행복	기쁨	우울	슬픔	화남	피곤

오늘 하루동안 무슨 일을 하실 예정인가요?

※ 해당 활동 체크하기

기본적 일상활동		수단적 일상활동		여가활동	사회활동				
세안하기	<input type="checkbox"/>	병원 진료받기	<input type="checkbox"/>	관공서 이용	<input type="checkbox"/>	장기(바둑)두기	<input type="checkbox"/>	가족모임 참석	<input type="checkbox"/>
화장하기	<input type="checkbox"/>	미용(이용)하기	<input type="checkbox"/>	성묘(벌초)	<input type="checkbox"/>	화투(카드)놀이	<input type="checkbox"/>	친구집 방문	<input type="checkbox"/>
면도하기	<input type="checkbox"/>	공중목욕탕 이용	<input type="checkbox"/>	돈 관리	<input type="checkbox"/>	자전거 타기	<input type="checkbox"/>	장례식 가기	<input type="checkbox"/>
손발톱관리	<input type="checkbox"/>	대중교통 이용	<input type="checkbox"/>	옷 수선	<input type="checkbox"/>	텃밭 가꾸기	<input type="checkbox"/>	회갑 참석	<input type="checkbox"/>
식사하기	<input type="checkbox"/>	시장 다녀오기	<input type="checkbox"/>	차량 관리	<input type="checkbox"/>	등산하기	<input type="checkbox"/>	돌잔치 가기	<input type="checkbox"/>
배변활동	<input type="checkbox"/>	제사 모시기	<input type="checkbox"/>	직장 생활	<input type="checkbox"/>	노래교실	<input type="checkbox"/>	병문안 가기	<input type="checkbox"/>

※ 위에 제시된 활동 이외 자신이 하루 동안 하는 일을 말하거나 적어봅시다.

일기쓰기

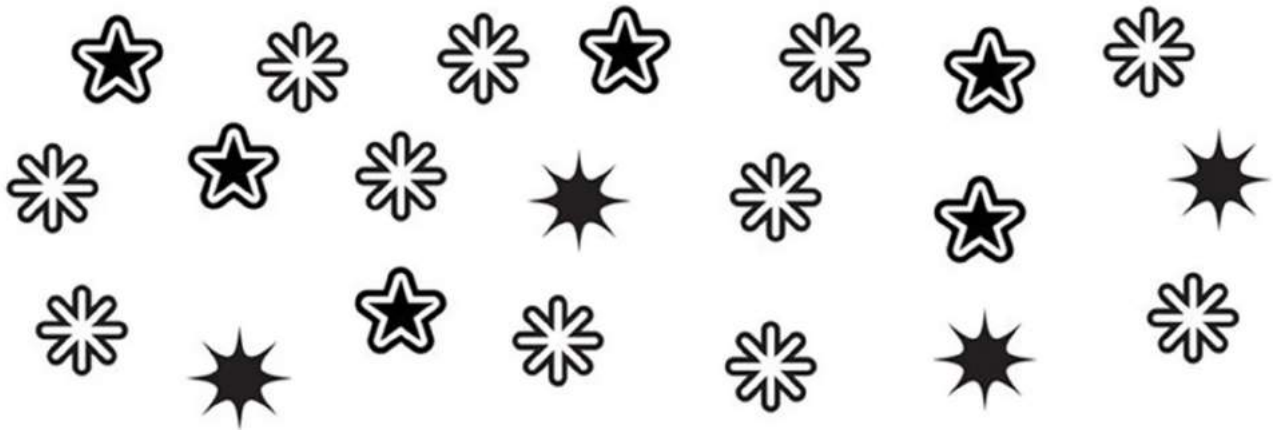
This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and extend across the width of the page. In the bottom-left corner, there is a light gray triangular area that appears to be a shadow or a design element, sloping upwards towards the right. There is no text or other markings on the page.

- ▶ 1주일 동안 있었던 활동을 순서대로 기록해 보세요.
- ▶ 1일을 기록 할 때는 기상부터 잠자기 전까지의 활동을 시간순서대로 기록해 보세요.

다음 그림 중 보기와 같은 그림은 몇 개인지 아래 빈칸에 적거나 말해보세요.

실전 1

보기



같은 모양은 모두 몇 개가 있나요?

실전 2

보기



같은 모양은 모두 몇 개가 있나요?

기억력

다음은 우리나라 산 이름을 표시해 놓았습니다. 잘 기억하세요.



잠깐!

※ 다음 페이지를 넘어가기 전에 아래의 내용을 꼭 수행하세요!

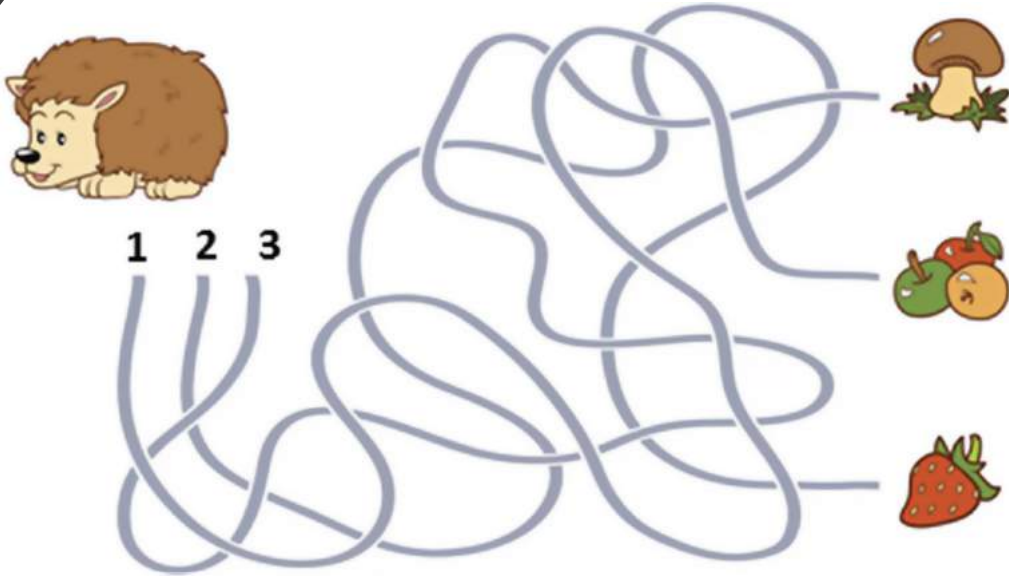
우리나라 섬 이름 5개 이상 말해 보세요.

예) 제주도

다음은 미로찾기입니다. 연습문제와 실전문제를 풀어보세요.

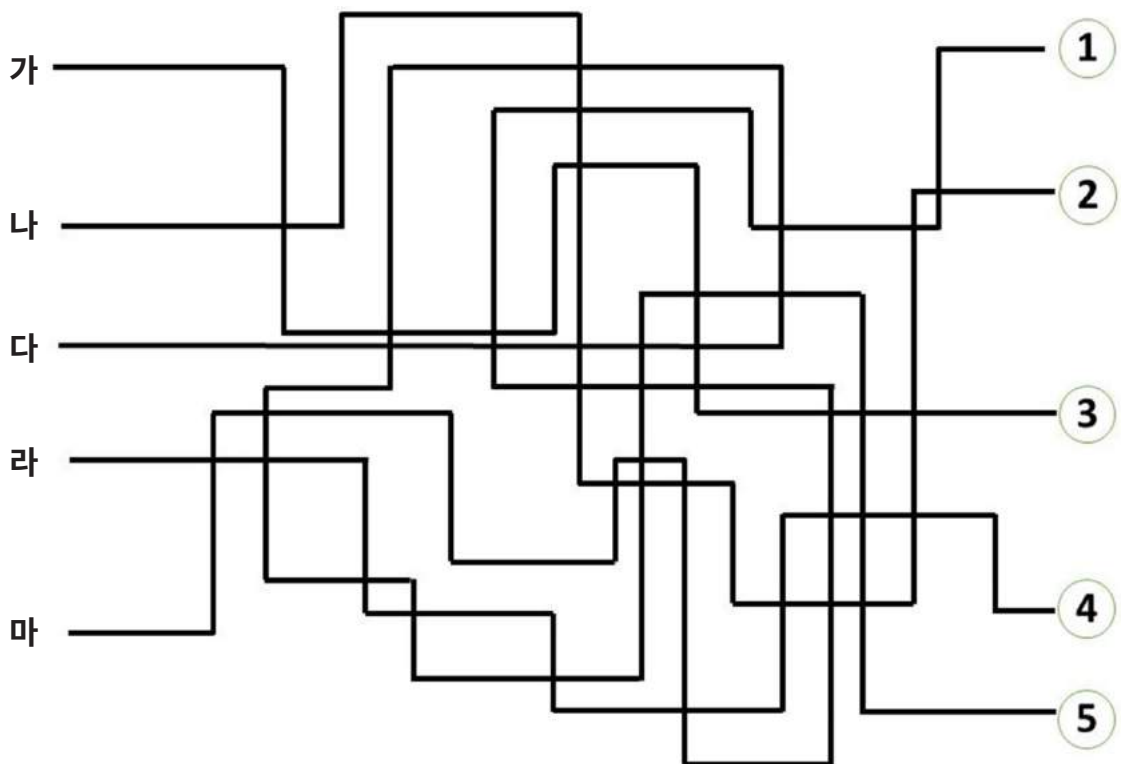
연습

1-3번 순서대로 길을 찾아 보세요. 각각 어디에 도착하게 될까요?



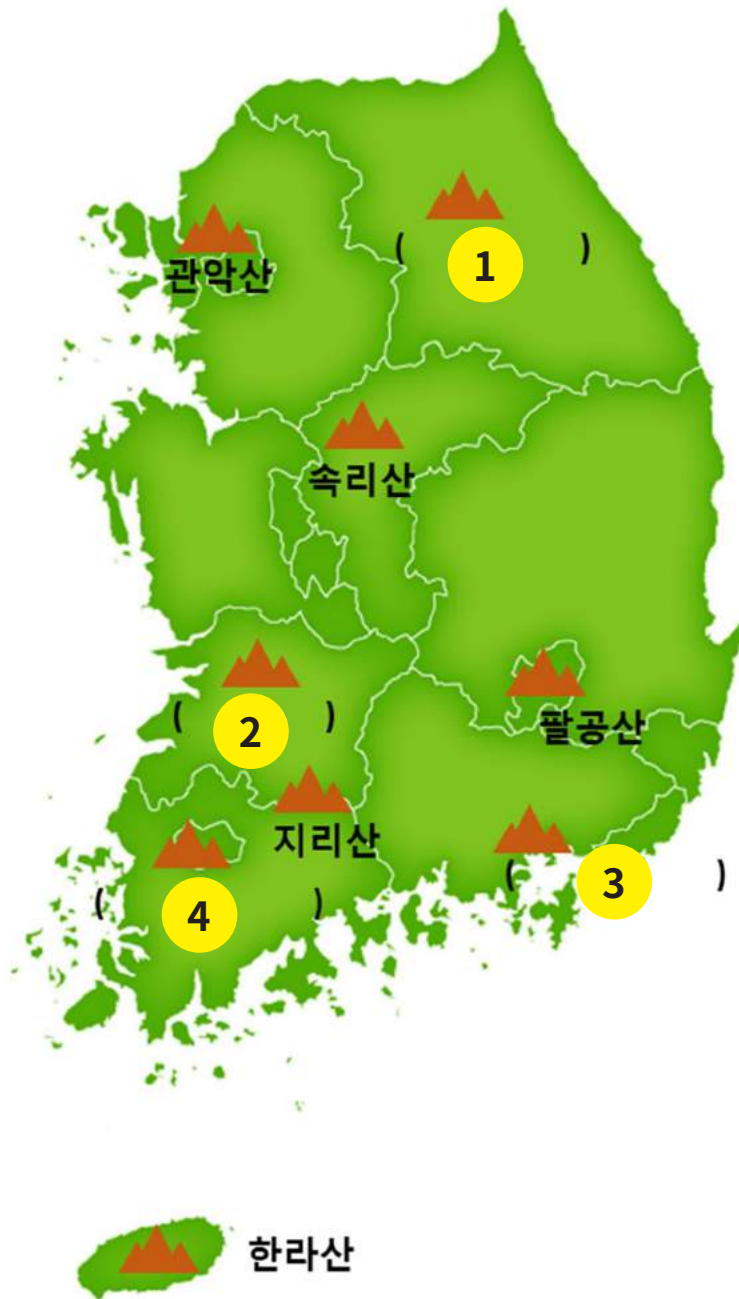
실전

가~마 순서대로 길을 찾아보세요. 도착하는 번호는 각각 몇 번일까요?



기억력

앞에 외웠던 우리나라 산이름을 기억해봅시다. 빈칸을 채우세요.



1	
2	

3	
4	

아래 숫자 “7”과 글자 “손”을 모두 찾아 동그라미하세요.

3	§	12	차	지	☎	31	71
☵	31	7	10	16	5	파	7
레	김	31	▶	8	구	가	50
손	9	소	2	파	10	손	★
11	구	7	허	9	12	0	3
19	◐	1	13	손	연	7	포
허	3	구	15	♣	8	2	23
손	2	★	7	3	파	◎	하

1 숫자 “7”은 모두 몇 개입니까? _____

2 글자 “손”은 모두 몇 개입니까? _____

3 “7”의 개수와 “손”의 개수를 합치면 모두 몇개입니까? _____

기억력

아래는 우리나라의 절기입니다. 잘 기억하세요.

* 시력문제 등으로 글자 읽는데 어려움이 있는 분은 타인이 읽어주세요.

2월 4일	입춘
4월 4일	청명
8월 7일	입추
9월 22일	추분
11월 7일	입동
12월 21일	동지

잠깐!

※ 다음 페이지를 넘어가기 전에 아래의 내용을 꼭 수행하세요!

우리나라 24절기를 모두 기억해 보세요.

입춘 → 우수 → 경칩 → 춘분 → 청명 → 곡우 → 입하 → 소만 → 망종
→ 하지 → 소서 → 대서 → 입추 → 처서 → 백로 → 추분 → 한로 →
상강 → 입동 → 소설 → 대설 → 동지 → 소한 → 대한

수산시장을 방문하였습니다. 가격표를 잘 보고 질문에 답하세요.



고등어 1마리
2,000원



오징어 2마리
3,500원



조개 1바구니
5,000원



도다리 1마리
8,000원



새우 10마리
7,500원



김 10장
1,500원



굴 1kg
9,900원



홍합 1kg
3,000원

1 오징어 2마리와 굴 1kg을 샀습니다. 얼마를 지불하면 될까요?

2 일요일에 가족들이 모이기로 하여 굴 2kg과 홍합 2kg을 샀습니다. 얼마를 지불하면 될까요?

3 위 수산물 가격표를 모두 더하면 얼마입니까?

기억력

앞에서 기억하였던 절기의 날짜와 명칭을 잘 연결해 보세요.



봄 입춘, 우수, 경칩, 춘분, 청명, 곡우

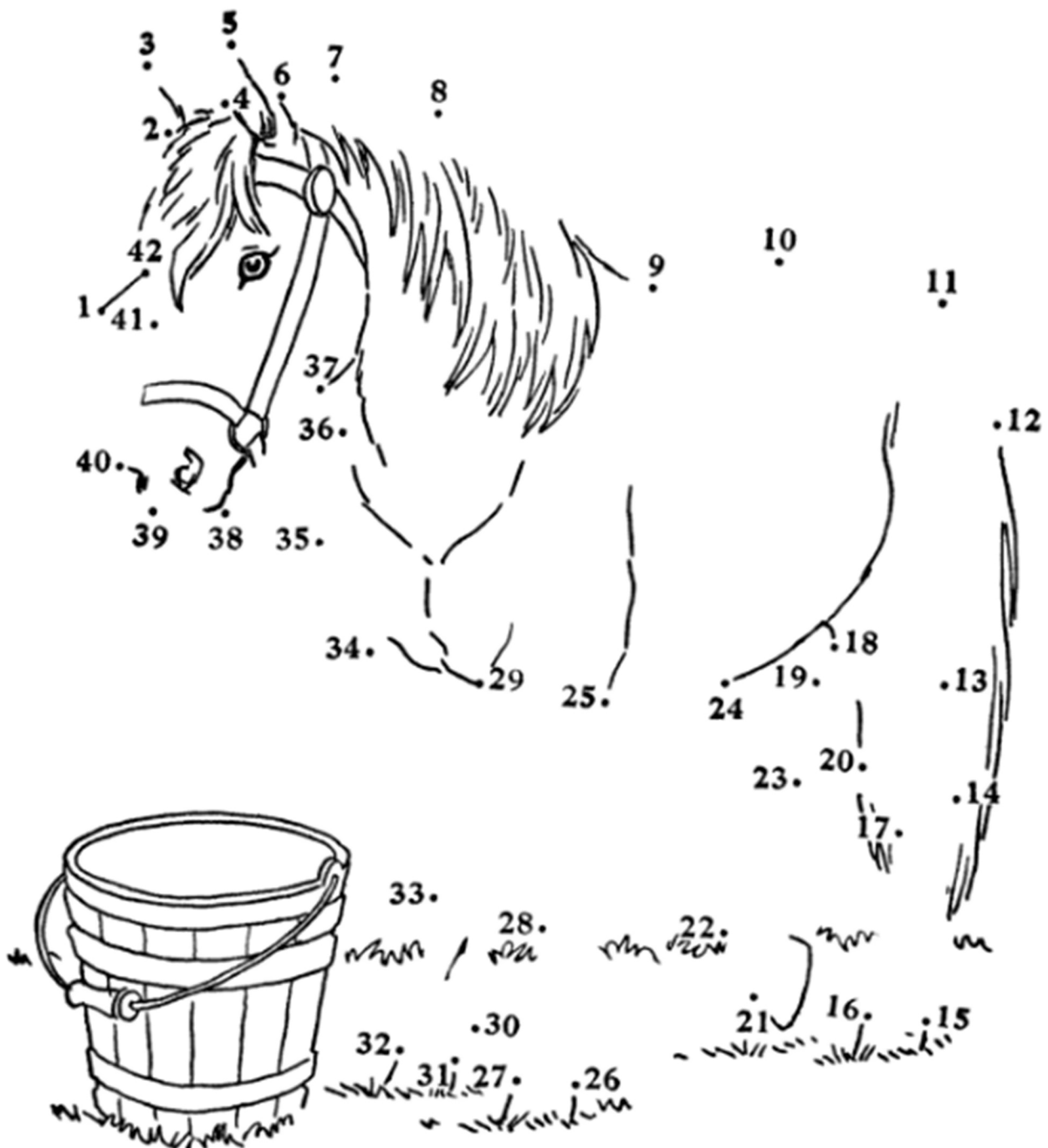
여름 입하, 소만, 망종, 하지, 소서, 대서

가을 입추, 처서, 백로, 추분, 한로, 상강

겨울 입동, 소설, 대설, 동지, 소한, 대한

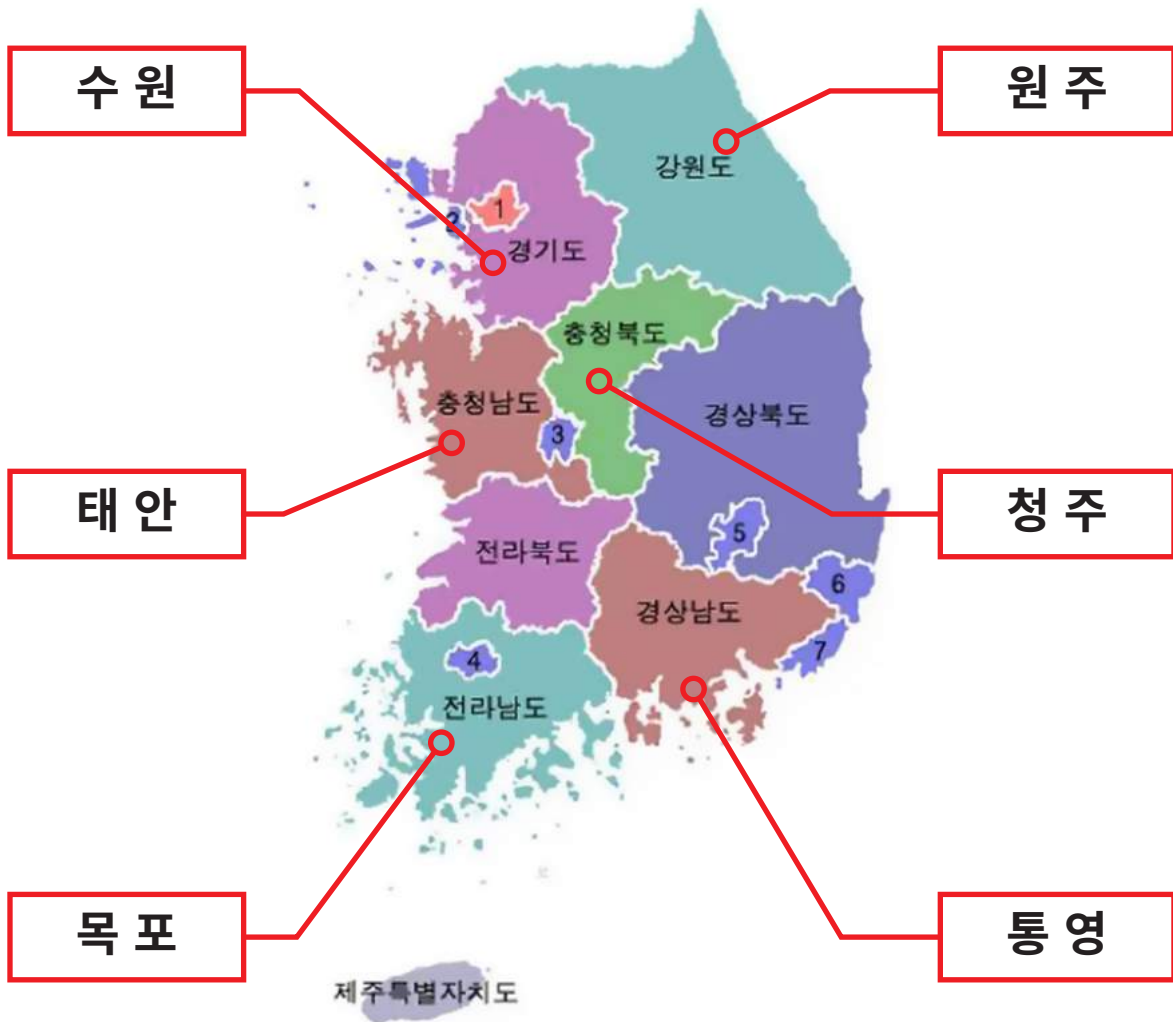
아래 그림은 아직 완성되지 않았습니다. 숫자 1~42까지 순서대로 연결하고 완성된 그림을 이야기해 봅시다.

※ 완성된 그림을 색칠해 보세요.



기억력

아래는 도시입니다. 연결되는 짝을 잘 기억하세요.



경기도	수원 - 문화의 도시
충청남도	태안 - 갯벌체험
전라남도	목포 - 호남선 종착지

강원도	원주 - 교통의 중심
충청북도	청주 - 교육의 도시
경상남도	통영 - 문학의 도시

잠깐!

※ 다음 페이지를 넘어가기 전에 아래의 내용을 꼭 수행하세요!

각 지역마다 유명한 음식, 관광지, 사람 등을 각자 이야기 해 봅시다.

다음 보기에서 빈곳을 먼저 채워보세요.

보 기					
ㄱ ㅈ	감 자	ㄷ 구	대 구	ㄷ ㅈ	
ㄱ ㅇ		연 ㅍ	연 필	ㅇ ㄱ	안 경

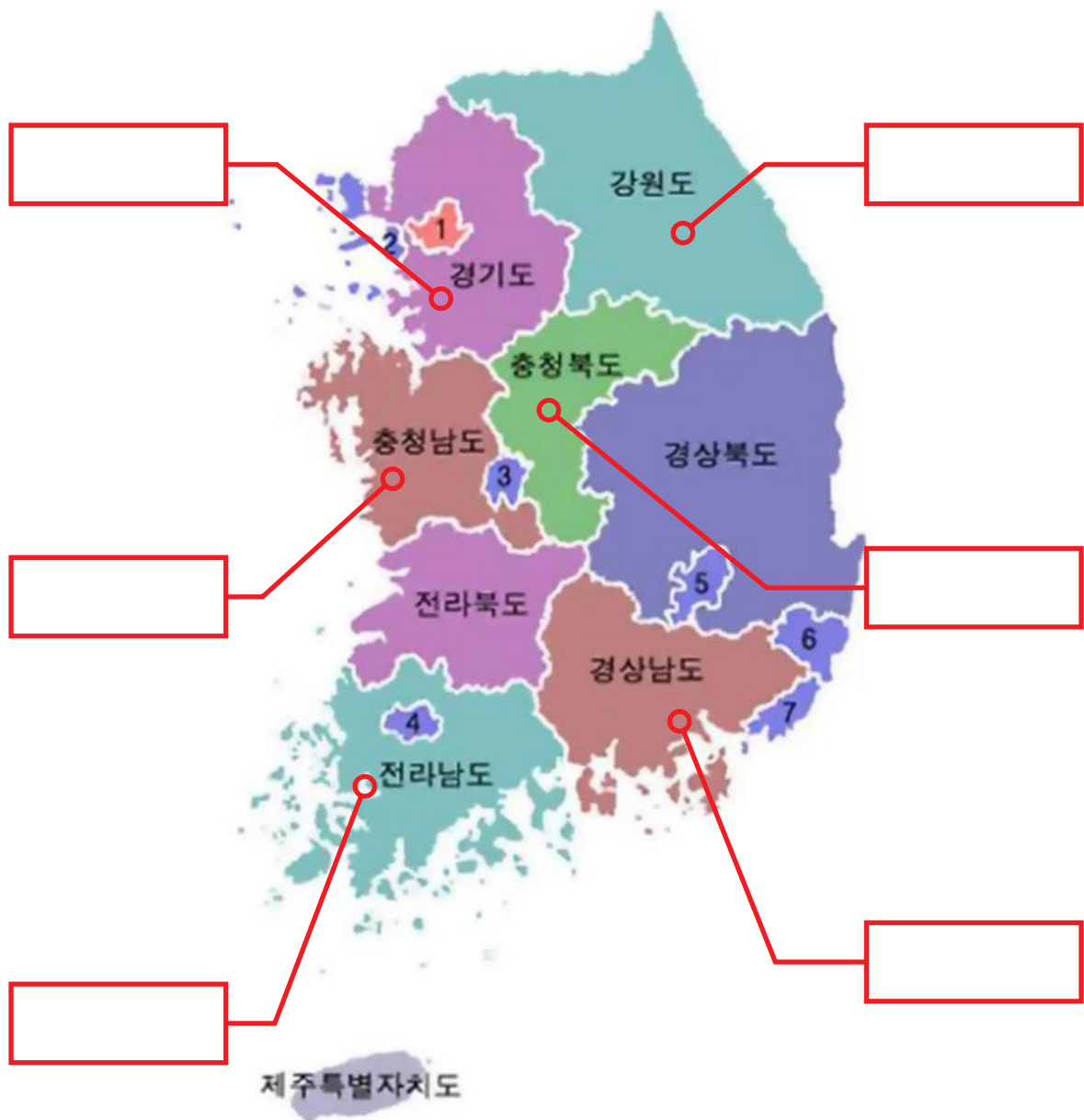
※보기의 문제는 초성만 같으면 정답입니다. 편안하게 생각나는 단어를 적거나 말해보세요.

다음 제시된 초성을 보고 동물 이름을 맞춰보세요.

ㅅ ㅈ	사 자	ㅋ 거 루	캥 거 루
ㅎ ㅁ		ㄱ ㄹ	
ㅎ 랑 ㅇ		ㅋ 끼 ㄹ	
ㅇ ㄹ ㅁ		ㅌ ㄱ	
악 ㅇ		ㄱ ㅇ ㅈ	
ㄷ ㄹ ㅈ		고 ㅇ ㅇ	

기억력

앞에서 외웠던 지도를 떠올리며 각 지역 명을 기록해 보세요.



힌 트!

춘천, 원주, 가평, 수원, 통영, 진주, 목포, 청주, 조치원, 태안

2주차

두뇌건강훈련

여기서 잠깐!

준비물

사무용품 | 연필, 지우개, 색연필, 가위

기타물품 | 색종이, A4종이, 신문, 잡지, 블록, 풍선등

나의 기억력을 테스트해 봅시다.

1. 오늘의 날짜, 시간, 요일, 계절은?

1	현재 날짜와 시간	20 _____ 년 _____ 월 _____ 일 _____ 시 _____ 분
2	요일	일 / 월 / 화 / 수 / 목 / 금 / 토
3	계절	봄 / 여름 / 가을 / 겨울

2. 지금 있는 곳의 주소를 말해보세요.

예: 강원도 춘천시 백령로 156 (효자동 17-1)

_____ 도 _____ 시 _____ 군(구) _____ 동(면)입니다.

3. 다음의 단어를 읽고 기억해 보세요. ※ 아래 5번 문항을 진행한 후 단어를 말해보세요.

하늘

티슈

커피

키보드

창문

고릴라

4. 다음을 계산해 봅시다.

1) $125 + 15 + 179 =$

2) $316 - 117 - 29 =$

3) $36 - 15 + 226 =$

4) $(3 \times 5) + 2 =$

5) $4 - (2 \times 2) =$

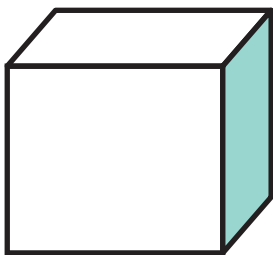
6) $4 \times 8 =$

7) $8 \div 2 =$

8) $3 \times 6 \times 2 =$

5. 예시의 그림을 보고 빈칸에 그려보세요.

예 시









※ 3번에서 기억했던 6개의 단어를 모두 말해보세요.

일일 점검표

오늘 날씨는 어떨까요?

					
맑음	구름	비	흐림	눈	바람

오늘 기분은 어떨까요?

					
행복	기쁨	우울	슬픔	화남	피곤

오늘 하루동안 무슨 일을 하실 예정인가요?

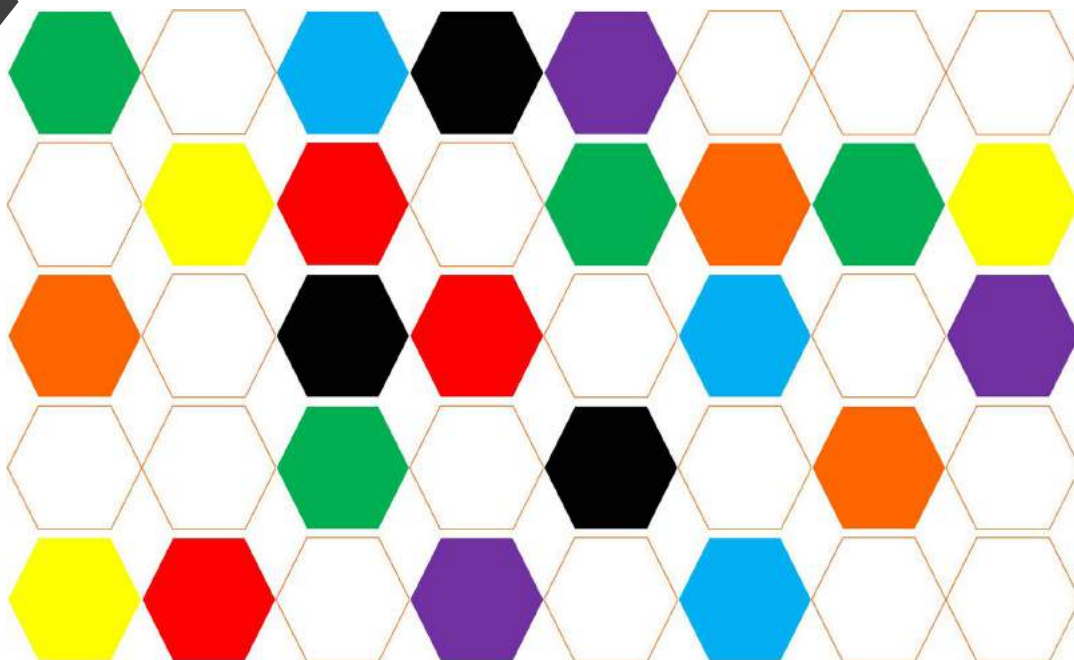
※ 해당 활동 체크하기

기본적 일상활동	수단적 일상활동		여가활동	사회활동
세안하기 <input type="checkbox"/>	병원 진료받기 <input type="checkbox"/>	관공서 이용 <input type="checkbox"/>	장기(바둑)두기 <input type="checkbox"/>	가족모임 참석 <input type="checkbox"/>
화장하기 <input type="checkbox"/>	미용(이용)하기 <input type="checkbox"/>	성묘(벌초) <input type="checkbox"/>	화투(카드)놀이 <input type="checkbox"/>	친구집 방문 <input type="checkbox"/>
면도하기 <input type="checkbox"/>	공중목욕탕 이용 <input type="checkbox"/>	돈 관리 <input type="checkbox"/>	자전거 타기 <input type="checkbox"/>	장례식 가기 <input type="checkbox"/>
손발톱관리 <input type="checkbox"/>	대중교통 이용 <input type="checkbox"/>	옷 수선 <input type="checkbox"/>	텃밭 가꾸기 <input type="checkbox"/>	회갑 참석 <input type="checkbox"/>
식사하기 <input type="checkbox"/>	시장 다녀오기 <input type="checkbox"/>	차량 관리 <input type="checkbox"/>	등산하기 <input type="checkbox"/>	돌잔치 가기 <input type="checkbox"/>
배변활동 <input type="checkbox"/>	제사 모시기 <input type="checkbox"/>	직장 생활 <input type="checkbox"/>	노래교실 <input type="checkbox"/>	병문안 가기 <input type="checkbox"/>

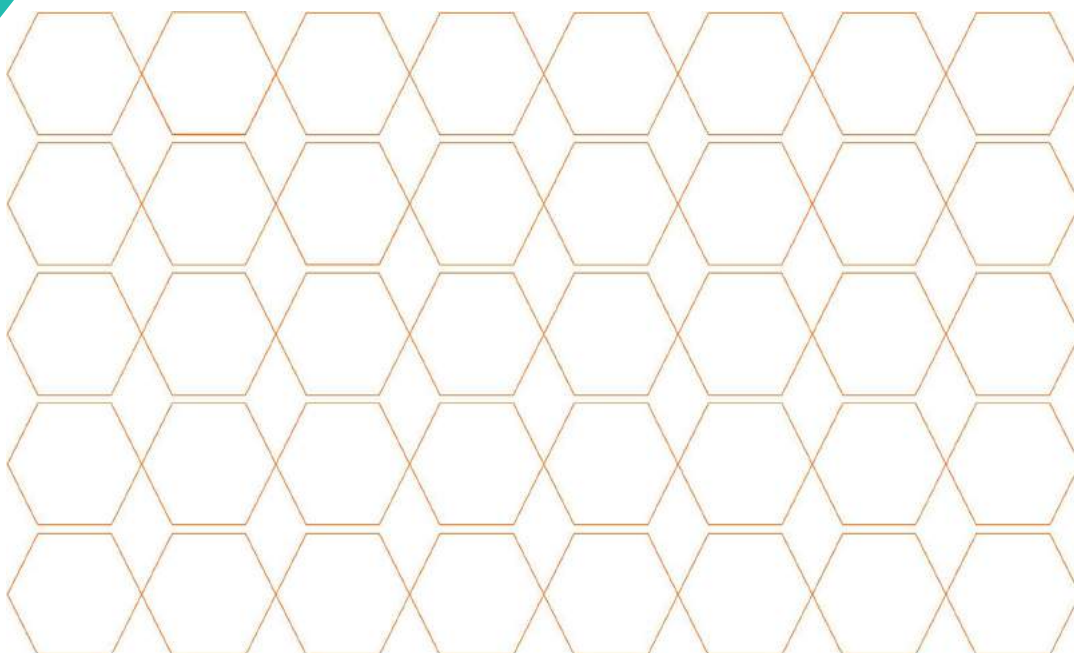
※ 위에 제시된 활동 이외 자신이 하루 동안 하는 일을 말하거나 적어봅시다.

예시의 색깔과 위치를 잘 확인하세요.
(예시를 보고 칠하기 칸에 똑같이 색칠해 보세요.)

예 시



칠하기



기억력

빨간색 단어를 아래로 읽어보시고 다음 단어를 잘 기억하세요.

강 아 지

원 숭 이

도 라 지

청 소

잠깐!

※ 다음 페이지를 넘어가기 전에 아래의 내용을 꼭 수행하세요!

요즘에 배웠던 노래나 가장 즐겨 불렀던 노래를 불러봅시다.

예) 애국가 4절까지 부르기, 이미지 ‘동백 아가씨’ 등

‘원도 커피점’에서 할인이 가능한 쿠폰을 받았습니다.

할인된 가격으로 구입하세요

커피 1잔

~~2,000원~~ 1,600원

사용기간: 2017년 10월 1일까지



할인된 가격으로 구입하세요

키위주스 1잔

~~3,000원~~ 2,500원

사용기간: 2017년 10월 1일까지



할인된 가격으로 구입하세요

팥빙수 1개

~~7,000원~~ 6,200원

사용기간: 2017년 10월 1일까지



할인된 가격으로 구입하세요

딸기주스 1잔

~~3,500원~~ 3,000원

사용기간: 2017년 10월 1일까지




할인된 가격으로 구입하세요

콜라 1잔

~~1,000원~~ 800원

사용기간: 2017년 10월 1일까지



할인된 가격으로 구입하세요

쌍화차 1잔

~~2,000원~~ 1,600원

사용기간: 2017년 10월 1일까지



1 커피 2잔과 딸기주스 1잔을 주문하였습니다. 모두 얼마를 지출했나요?

2 콜라 1잔, 팥빙수 1개, 쌍화차 1잔을 구입했다면 할인 받은 금액은 얼마인가요?

3 커피 1잔과, 딸기주스 1잔 가격과 할인 받은 금액은?

기억력

앞에서 기억하였던 4개의 단어를 적거나 말해보세요.

강

원

도

청

숫자 세기 미로입니다. 아래의 숫자를 잘 살펴보세요.
1부터 35까지 순서대로 동그라미를 치면서 찾아보세요.

17	☎	1	91	10	34	89	1	★	소
4	81	2	25	44	♣	35	86	16	4
☹	4	3	31	2	55	52	마	5	7
58	5	후	☎	67	70	4	☾	0	2
93	6	7	8	9	10	11	0	16	☹
52	89	☎	24	47	63	12	호	0	56
11	27	83	16	15	14	13	30	68	2
♣	71	3	17	7	55	가	16	40	54
3	사	44	18	19	20	21	☎	0	치
7	0	☾	8	☹	12	22	9	84	1
☎	28	27	26	25	24	23	타	6	67
31	29	56	★	33	29	1	5	75	☾
구	30	31	32	33	34	♣	17	28	57
3	★	주	10	7	35	5	※	96	66

기억력

아래 물건의 이름을 잘 기억하세요.



시 계



우체통



의 자



탁구 라켓



주전자



가 위

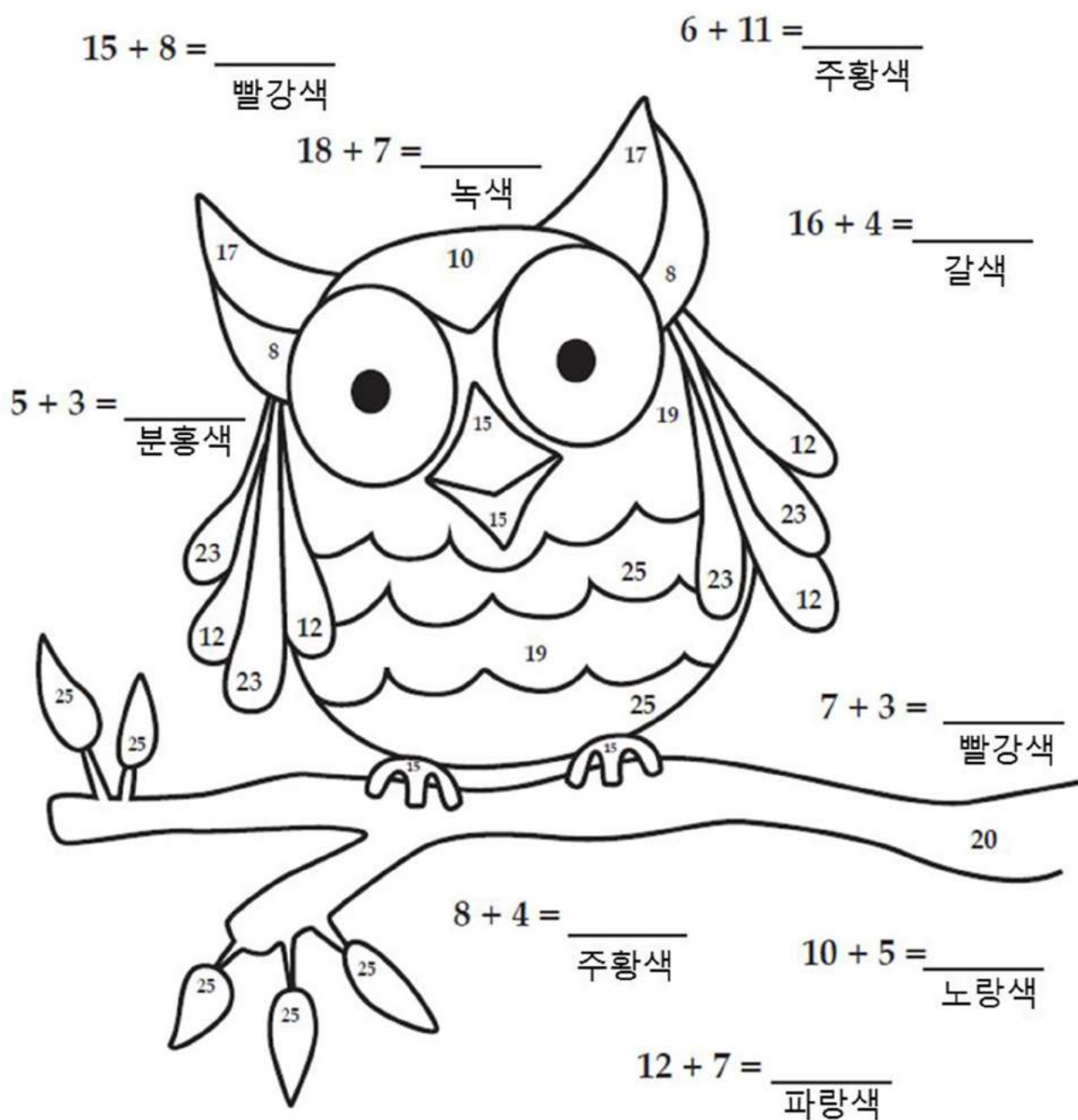
잠깐!

※ 다음 페이지를 넘어가기 전에 아래의 내용을 꼭 수행하세요!

가수 이름 5명 이상을 말해보세요.

가수 중 한명의 노래를 1절만 불러보세요.

다음 숫자를 계산하세요.
합계에 표시된 숫자와 색깔에 따라 부엉이를 색칠하세요.



기억력

아래 물건 중 앞에서 보았던 물건이 아닌 것을 고르세요.



시 계



우체통



다람쥐



탁구 라켓



모 자



가 위



양 말



주전자



의 자

보기 단어를 모두 찾아 동그라미 하세요.

※ 가로, 세로, 대각선 방향등을 모두 찾아보세요.

보기

표범 / 코끼리 / 사과 / 신발
시계 / 텔레비전 / 안경

종	소	빠	사	펠	시	계	래
신	발	칸	권	벌	큰	햄	표
잠	코	빠	소	승	합	또	낙
니	펑	참	콘	경	족	흰	벼
래	텔	잘	안	밋	잘	코	히
양	레	쏘	징	범	규	끼	플
귀	비	너	표	새	아	리	용
뿔	전	김	고	용	밍	브	봉
우	랍	비	람	코	발	사	과

기억력

바닷속 생물입니다. 생물들의 위치와 개수를 잘 기억하세요.

※ 위치와 개수 등을 꼭 확인하세요.



※ 다음 페이지를 넘어가기 전에 아래의 내용을 꼭 수행하세요!

잠깐!

주위에 있는 사람의 이름과 나이를 말해보세요.
모르신다면 꼭 물어보고 이야기 나눠보세요.

3월 달력을 보고 있습니다.
3월 10일은 친구의 생일입니다. 무슨 요일일까요?

3월 4째 주 달력입니다.

정 답 _____

일	월	화	수	목	금	토
12	13	14	15	16	17	18

7월 달력을 보고 있습니다.
7월 22일은 중복입니다. 무슨 요일일까요?

7월 3째 주 달력입니다.

정 답 _____

일	월	화	수	목	금	토
9	10	11	12	13	14	15

11월 달력을 보고 있습니다.
11월 7일은 입동입니다. 무슨 요일일까요?

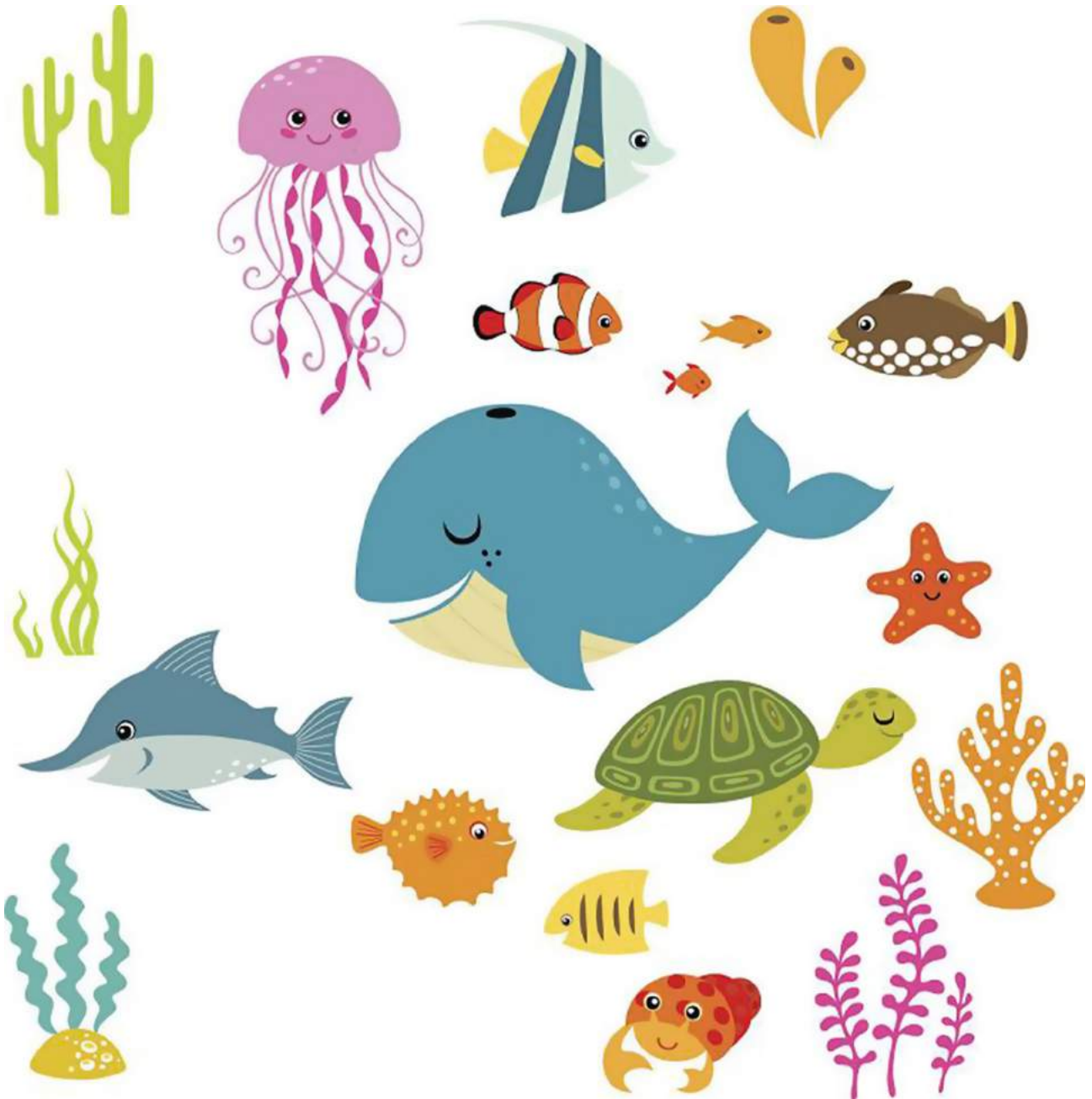
11월 4째 주 달력입니다.

정 답 _____

일	월	화	수	목	금	토
19	20	21	22	23	24	25

기억력

앞에서 보았던 사진을 잘 기억하시고 없는 생물을 찾아보세요.



힌 트!

						
1	2	3	4	5	6	7

3주차

두뇌건강훈련

여기서 잠깐!

준비물

사무용품 | 연필, 지우개, 색연필, 가위

기타물품 | 색종이, A4종이, 신문, 잡지, 블록, 풍선등

나의 기억력을 테스트해 봅시다.

1. 오늘의 날짜, 시간, 요일, 계절은?

1	현재 날짜와 시간	20 _____ 년 _____ 월 _____ 일 _____ 시 _____ 분
2	요일	일 / 월 / 화 / 수 / 목 / 금 / 토
3	계절	봄 / 여름 / 가을 / 겨울

2. 지금 있는 곳의 주소를 말해보세요.

예: 강원도 춘천시 백령로 156 (효자동 17-1)

_____ 도 _____ 시 _____ 군(구) _____ 동(면)입니다.

3. 다음의 단어를 읽고 기억해 보세요. ※ 아래 5번 문항을 진행한 후 단어를 말해보세요.

상장

선풍기

알약

계산기

책장

목걸이

4. 다음을 계산해 봅시다.

1) $2 \times 6 =$

2) $3 \times 11 =$

3) $(7 \times 8) - 4 =$

4) $6 \times 9 =$

5) $2 + (4 \times 8) =$

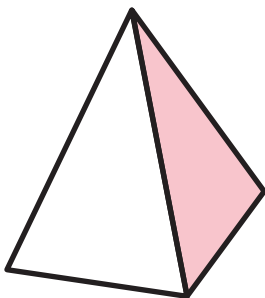
6) $(5 \times 5) + 12 =$

7) $10 \div 2 =$

8) $20 \div 5 =$

5. 예시의 그림을 보고 빈칸에 그려보세요.

예 시









※ 3번에서 기억했던 6개의 단어를 모두 말해보세요.

일일 점검표

오늘 날씨는 어떨까요?

					
맑음	구름	비	흐림	눈	바람

오늘 기분은 어떨까요?

					
행복	기쁨	우울	슬픔	화남	피곤

오늘 하루동안 무슨 일을 하실 예정인가요?

※ 해당 활동 체크하기

기본적 일상활동	수단적 일상활동		여가활동	사회활동
세안하기 <input type="checkbox"/>	병원 진료받기 <input type="checkbox"/>	관공서 이용 <input type="checkbox"/>	장기(바둑)두기 <input type="checkbox"/>	가족모임 참석 <input type="checkbox"/>
화장하기 <input type="checkbox"/>	미용(이용)하기 <input type="checkbox"/>	성묘(별초) <input type="checkbox"/>	화투(카드)놀이 <input type="checkbox"/>	친구집 방문 <input type="checkbox"/>
면도하기 <input type="checkbox"/>	공중목욕탕 이용 <input type="checkbox"/>	돈 관리 <input type="checkbox"/>	자전거 타기 <input type="checkbox"/>	장례식 가기 <input type="checkbox"/>
손발톱관리 <input type="checkbox"/>	대중교통 이용 <input type="checkbox"/>	옷 수선 <input type="checkbox"/>	텃밭 가꾸기 <input type="checkbox"/>	회갑 참석 <input type="checkbox"/>
식사하기 <input type="checkbox"/>	시장 다녀오기 <input type="checkbox"/>	차량 관리 <input type="checkbox"/>	등산하기 <input type="checkbox"/>	돌잔치 가기 <input type="checkbox"/>
배변활동 <input type="checkbox"/>	제사 모시기 <input type="checkbox"/>	직장 생활 <input type="checkbox"/>	노래교실 <input type="checkbox"/>	병문안 가기 <input type="checkbox"/>

※ 위에 제시된 활동 이외 자신이 하루 동안 하는 일을 말하거나 적어봅시다.

일기쓰기

[illegible]

- ▶ 1주일 동안 있었던 활동을 순서대로 기록해 보세요.
- ▶ 1일을 기록 할 때는 기상부터 잠자기 전까지의 활동을 시간순서대로 기록해 보세요.

다음은 같은 그림이 2개씩 있습니다. 짝지어 주세요.



기억력

동계 올림픽 종목과 명칭을 잘 기억하세요.



쇼트트랙



스키점프



아이스하키



피겨스케이팅



스 키



루 지

잠깐!

※ 다음 페이지를 넘어가기 전에 아래의 내용을 꼭 수행하세요!

자신이 아는 운동 이름을 5개 이상 말해보세요.

다음은 여러 가지 물건의 이름이 적혀 있습니다.

※ 색연필이나 색깔이 있는 필기구를 준비하세요.

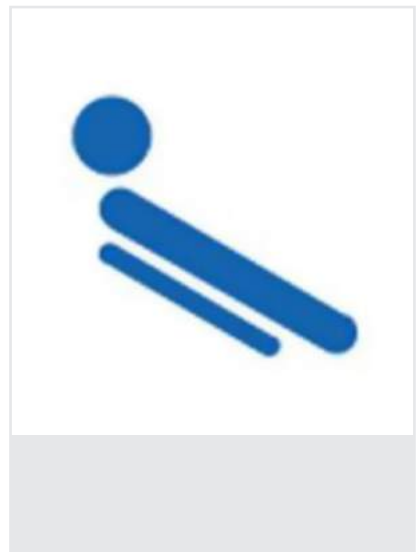
고무장갑	목걸이	머리띠	양말
크레파스	트리오	지우개	벨트
필통	주전자	국자	믹서기
도마	자	넥타이	싸인펜
안경	후라이팬	공책	수세미
커피	연필	팔찌	시계

위 표를 보고 질문에 해당하는 물건을 모두 고르세요.

- 1 우리가 몸에 착용하는 물건에 파란색을 칠하거나 말해보세요.
- 2 주방에서 사용하는 물건에 노란색을 칠하거나 말해보세요.
- 3 공부할 때 필요한 물건에 주황색을 칠하거나 말해보세요.

기억력

앞에서 기억했던 올림픽종목의 이름을 모두 맞춰보세요.



힌 트!

쇼트트랙, 스키점프, 아이스하키, 피겨스케이팅, 스키, 루지

똑같은 우산이 3개씩 있습니다.
같은 모양의 우산 3개씩 같은 색으로 색칠하며 찾아 보세요.



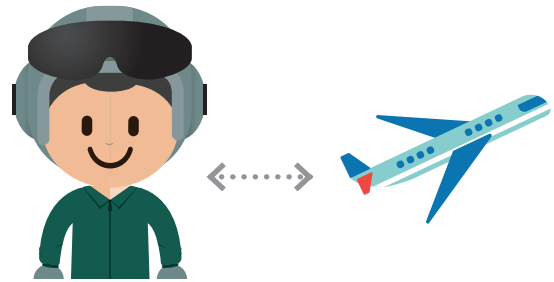
기억력

직업과 관련된 물건을 짝 지었습니다. 잘 기억하세요.



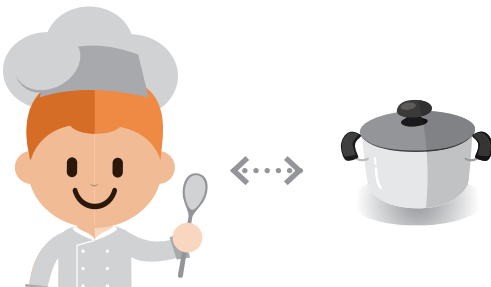
간호사

주사기



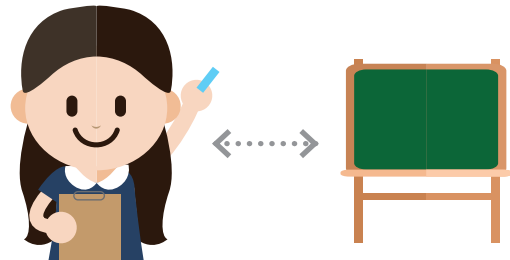
조종사

비행기



요리사

냄 비



선생님

칠 판










잠깐!





































※ 다음 페이지를 넘어가기 전에 아래의 내용을 꼭 수행하세요!

당신이 제일 되고 싶었던 직업은 무엇이었습니까?

당신에게 직업을 가질 수 있는 기회가 생긴다면 무슨 일을 하고 싶습니까?

보기를 보면서 각 기호에 해당되는 숫자와 연관 지어 계산을 해보세요.

보기										
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9

-  +  = 5
-  +  =
-  +  =
-   +   =
-   -  =
-   -   =
-   -   =
-    +   =
-    +   =
-    -   =

기억력

앞에서 외웠던 직업과 관련된 물건들을 아래 힌트에서 찾아 빈칸을 채워주세요.



_____번



_____번

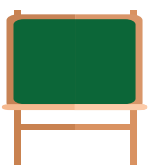


_____번



_____번

힌 트!



① 칠판



② 삽



③ 붓



④ 냄비



⑤ 비행기



⑥ 주사기

다음 표에 들어 있는 글자색을 읽어주세요. 글자가 아닌 색깔을 읽어주세요.

예 시

토마토 → 파랑색

자두	참외	딸기	사과	키위	감
수박	귤	망고	포도	복숭아	참외
사과	토마토	석류	키위	배	키위
포도	석류	자두	망고	오렌지	복숭아
복숭아	키위	수박	토마토	참외	곶감
오렌지	참외	바나나	석류	망고	바나나
토마토	망고	키위	복숭아	참외	토마토

1 빨강색깔은 모두 몇 개가 있나요? _____

2 노랑색깔은 모두 몇 개가 있나요? _____

기억력

아래의 내용을 잘 살펴보고 메모 내용을 꼭 기억하세요.

어제 이사를 했습니다.

주민센터에 가서 전입신고를 하려고 합니다.

내일 주민센터에 가서 해야 할 일을 메모했습니다.

메모 내용

방문 시간 : 오전 10시 10분

준비 서류 : 신분증, 도장, 임대차 계약서

방 문 처 : 사회복지과

작성서류 : 전입신고서

잠깐!

※ 다음 페이지를 넘어가기 전에 아래의 내용을 꼭 수행하세요!

집에서 가장 가까운 공공기관은 어디입니까?

예) 보건소, 구체적인 위치와 찾는 방법을 말해보세요.

오늘 아침 대박슈퍼에서 전단지를 받았습니다.

“건강한 식탁을 차리세요” 대박슈퍼 전격 할인행사

전단지 가격표



단호박
~~정상가 1,980원~~
1,480원



흰다리새우
~~정상가 12,500원~~
9,900원



배추
~~정상가 9,800원~~
6,680원



무
~~정상가 1,980원~~
1,380원



아몬드
~~정상가 8,000원~~
6,400원



구운맛진미
~~정상가 7,500원~~
4,980원



목우촌생닭
~~정상가 7,500원~~
5,300원



양념닭갈비
~~정상가 13,500원~~
11,800원



냉동갈치
~~정상가 6,980원~~
5,980원



냉동코다리
~~정상가 6,580원~~
5,580원



지리북음멸치
~~정상가 17,500원~~
9,800원



국물멸치
~~정상가 8,000원~~
6,980원

1 닭갈비를 구워 배추에 싸먹으려고 합니다. 가격은 얼마인가요?

2 냉동코다리, 갈치, 단호박을 사면 모두 얼마인가요?

3 2만원 한도 내에서 장을 보세요. 살 수 있는 물건은 무엇입니까?

기억력

앞의 메모내용을 기억하시나요?

앞에서 전입신고에 대한 메모 내용을 잘 기억하고 계시나요?
메모 내용에서 빠져 있는 것을 채워보세요.

메모 내용

방문 시간 : 오전 _____ 시 _____ 분

준비 서류 : 신분증, _____, 임대차 계약서

방 문 처 : 사회복지과

작성서류 : _____

대화나누기!

- 당신은 살면서 이사를 몇 번이나 다니셨나요?
- 이사 다닌 지역은 어디였나요?
- 지금 살고 있는 곳에서 몇 년이나 살고 계시나요?

4주차

두뇌건강훈련

여기서 잠깐!

준비물

사무용품 | 연필, 지우개, 색연필, 가위

기타물품 | 색종이, A4종이, 신문, 잡지, 블록, 풍선등

나의 기억력을 테스트해 봅시다.

1. 오늘의 날짜, 시간, 요일, 계절은?

1	현재 날짜와 시간	20 _____ 년 _____ 월 _____ 일 _____ 시 _____ 분
2	요일	일 / 월 / 화 / 수 / 목 / 금 / 토
3	계절	봄 / 여름 / 가을 / 겨울

2. 지금 있는 곳의 주소를 말해보세요.

예: 강원도 춘천시 백령로 156 (효자동 17-1)

_____ 도 _____ 시 _____ 군(구) _____ 동(면)입니다.

3. 다음의 단어를 읽고 기억해 보세요. ※ 아래 5번 문항을 진행한 후 단어를 말해보세요.

치마

수첩

티셔츠

사무실

대야

세면대

4. 다음을 계산해 봅시다.

1) $4 \times 3 =$

2) $7 \times 7 =$

3) $12 \div 3 =$

4) $4 \times 11 =$

5) $(2 \times 6) + 22 =$

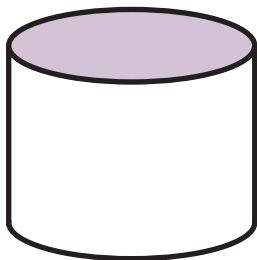
6) $(6 \div 3) + 37 =$

7) $7 + (2 \times 11) =$

8) $70 - (6 \times 3) =$

5. 예시의 그림을 보고 빈칸에 그려보세요.

예 시









※ 3번에서 기억했던 6개의 단어를 모두 말해보세요.

일일 점검표

오늘 날씨는 어떨까요?

					
맑음	구름	비	흐림	눈	바람

오늘 기분은 어떨까요?

					
행복	기쁨	우울	슬픔	화남	피곤

오늘 하루동안 무슨 일을 하실 예정인가요?

※ 해당 활동 체크하기

기본적 일상활동	수단적 일상활동		여가활동	사회활동
세안하기 <input type="checkbox"/>	병원 진료받기 <input type="checkbox"/>	관공서 이용 <input type="checkbox"/>	장기(바둑)두기 <input type="checkbox"/>	가족모임 참석 <input type="checkbox"/>
화장하기 <input type="checkbox"/>	미용(이용)하기 <input type="checkbox"/>	성묘(벌초) <input type="checkbox"/>	화투(카드)놀이 <input type="checkbox"/>	친구집 방문 <input type="checkbox"/>
면도하기 <input type="checkbox"/>	공중목욕탕 이용 <input type="checkbox"/>	돈 관리 <input type="checkbox"/>	자전거 타기 <input type="checkbox"/>	장례식 가기 <input type="checkbox"/>
손발톱관리 <input type="checkbox"/>	대중교통 이용 <input type="checkbox"/>	옷 수선 <input type="checkbox"/>	텃밭 가꾸기 <input type="checkbox"/>	회갑 참석 <input type="checkbox"/>
식사하기 <input type="checkbox"/>	시장 다녀오기 <input type="checkbox"/>	차량 관리 <input type="checkbox"/>	등산하기 <input type="checkbox"/>	돌잔치 가기 <input type="checkbox"/>
배변활동 <input type="checkbox"/>	제사 모시기 <input type="checkbox"/>	직장 생활 <input type="checkbox"/>	노래교실 <input type="checkbox"/>	병문안 가기 <input type="checkbox"/>

※ 위에 제시된 활동 이외 자신이 하루 동안 하는 일을 말하거나 적어봅시다.

일기쓰기

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. At the very top, there is a solid purple horizontal band. Below this, the page is filled with evenly spaced, thin gray horizontal lines. In the bottom-left corner, there is a decorative light gray triangle that points towards the center of the page. The rest of the page is empty, providing space for writing or drawing.

- ▶ 1주일 동안 있었던 활동을 순서대로 기록해 보세요.
- ▶ 1일을 기록 할 때는 기상부터 잠자기 전까지의 활동을 시간순서대로 기록해 보세요.

보기 숫자와 색깔을 보고 아래 네모 칸에 숫자와 맞는 색깔을 색칠해 주세요.

보기

1

노란색

2

빨간색

3

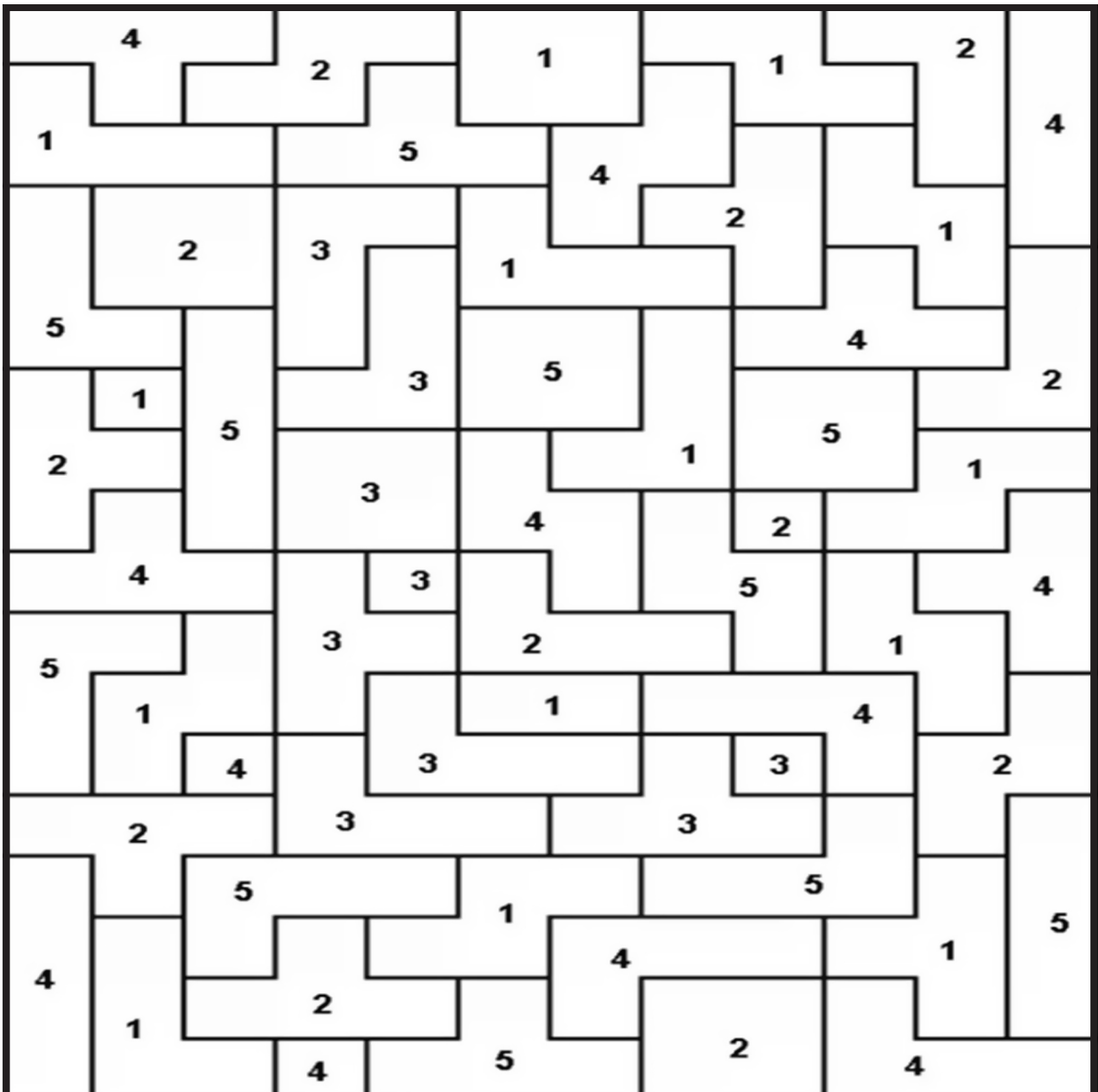
검정색

4

파란색

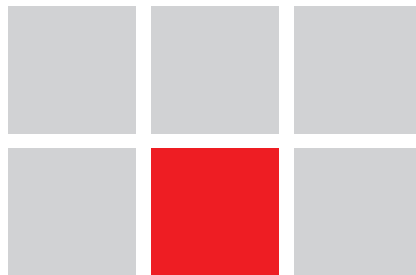
5

초록색



기억력

아래 그림에서 빨간색 상자의 위치를 잘 기억해 주세요.



잠깐!

※ 다음 페이지를 넘어가기 전에 아래의 내용을 꼭 수행하세요!

기억나는 동물이름 5가지만 말해 보세요.

예) 사자

다음 제시된 글자를 보고 단어를 완성하세요.

- | | | |
|---------------------|--------|-----|
| 1. ㅂ ㅎ |➤ | 백 합 |
| 2. ㅁ ㄹ |➤ | |
| 3. ㅈ ㅁ |➤ | |
| 4. ㄹ 일 ㄹ |➤ | |
| 5. ㅁ ㄱ ㅎ |➤ | |
| 6. ㅂ ㅇ 홍 |➤ | |
| 7. ㅅ 선 ㅎ |➤ | |
| 8. ㄱ ㄴ ㄹ |➤ | |
| 9. ㅈ ㄷ 래 |➤ | |
| 10. ㅎ ㅂ 라 ㄱ |➤ | |
| 11. ㅋ ㅅ ㅁ ㅅ |➤ | |
| 12. ㅋ ㄴ 이 ㅅ |➤ | |

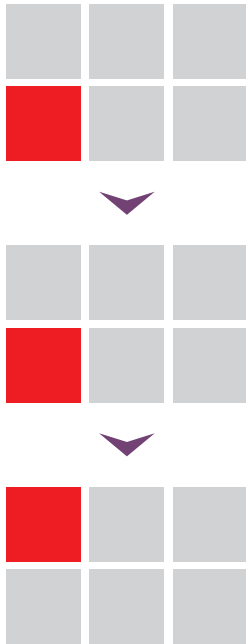
힌 트!

모두 꽃 이름을 가리키는 단어입니다.

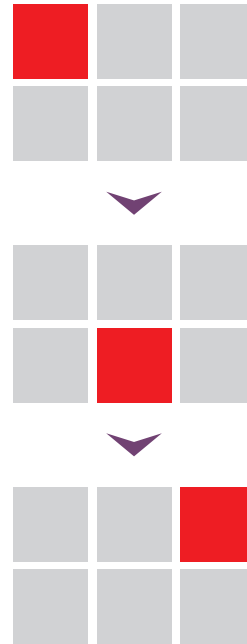
기억력

앞에서 외우신 빨간색 상자의 올바른 위치를 찾아주세요.

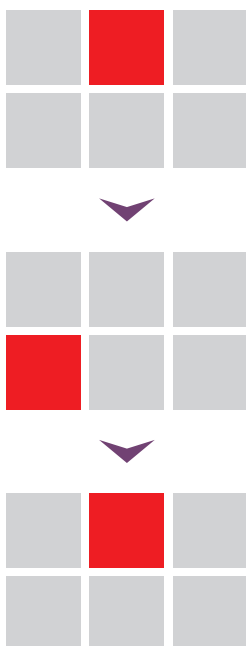
1



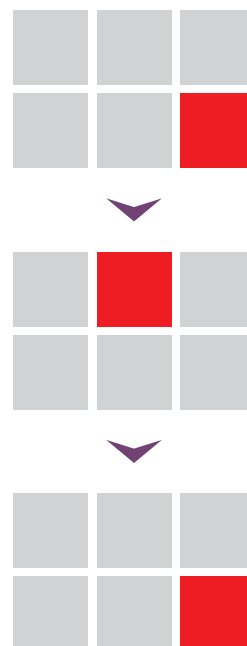
2



3



4



보기 단어는 두뇌건강과 관련된 글자입니다.

※가로, 세로, 대각선 방향을 모두 이용하여 단어를 찾아주세요.






보기

식사 / 운동 / 외출 / 여가활동
저염식단 / 구강관리 / 약복용하기

강	오	렌	혈	F	억	여	가	활	동
리	식	사	꿀	요	킹	지	리	스	랑
C	란	구	람	뮤	롱	관	카	콜	펍
게	바	딛	찌	이	강	그	씹	크	요
통	포	레	샤	구	켄	외	B	탁	벌
션	쿠	약	넬	젤	클	버	출	새	거
고	파	복	A	웜	운	티	텍	G	M
황	나	용	셀	캥	동	뜨	루	양	참
로	나	하	후	롯	그	북	리	E	린
D	망	기	쉐	텔	너	가	입	어	H
제	추	카	토	족	노	저	염	식	단

기억력

그림과 연결된 그림과 숫자를 보고 이야기를 만들고,
연결된 그림과 숫자를 잘 기억해 주세요.

	○ ————— ○	21
	○ ————— ○	44
	○ ————— ○	56
	○ ————— ○	17
	○ ————— ○	36

잠깐!

※ 다음 페이지를 넘어가기 전에 아래의 내용을 꼭 수행하세요!

가족의 나이를 모두 적거나 말해보세요.
가족 나이를 모두 합친 나이는 얼마입니까?

낱말 퍼즐입니다. 가로와 세로에 대한 질문에 답을 적거나 말해보세요.

1		2			3			4
		5		6		7		
8								
		9		10				11
	12					13		

1 가로 문제

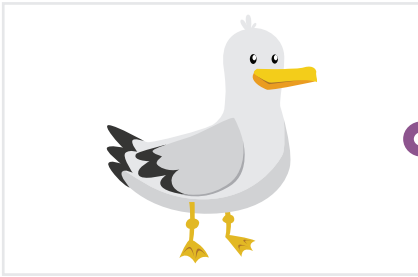
1. 금강산도 ○○○○
3. 아주 까막눈임을 이르는 한자성어
5. 백제의 서동이 선화공주를 사모하여 지은 향가
7. 베나 무명 따위의 옷감을 파는 가게
8. 십자화과의 두해살이풀 (예: 제주도에 ○○꽃이 많습니다.)
10. 요들 창법으로 부르는 노래
12. 가냘프고 고운 여자의 손을 이르는 말
13. 저주에 의하여 용이 되지 못한 큰 구렁이

2 세로 문제

1. 채소.과일.해조류 등에 많이 들어 있는 섬유질
2. 경찰 사무를 맡아보는 관청
3. 나무로 가구, 기구 따위를 만드는 일을 업으로 하는 사람
4. 쇠고기, 돼지고기 따위를 파는 가게
6. 산수의 경치를 좋아하는 것을 비유하는 말. (○산○수)
7. 한 꼭지에 모여 달린 포도알의 덩어리
9. 도시의 기온이 교외보다 높아지는 현상
11. 그날그날 겪은 일이나 생각, 느낌 따위를 적는 개인의 기록

기억력

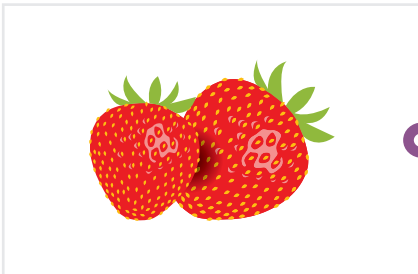
앞에서 외웠던 그림과 숫자를 잘 기억하여 연결해 보세요.



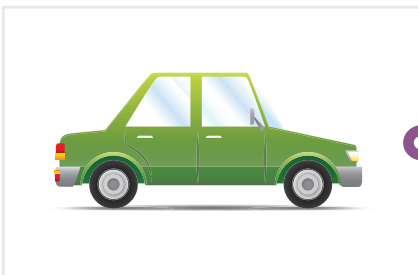
36



17



21



44



56

다음의 글자 중 ‘ㅊ’를 ‘ㅣ’로 바꾸세요.

예 시

종어

....➤

종이

귀여운 아거

....➤

귀여운 아기

1. 맛있는 김치

....➤

2. 피아노

....➤

3. 비빔밥

....➤

4. 두부김치

....➤

5. 버더오

....➤

6. 테어프

....➤

7. 종어버행거

....➤

8. 서레거무침

....➤

9. 저러산국립공원

....➤

10. 재미있는 어야거

....➤

기억력

다음은 라면을 끓이는 순서입니다. 잘 기억하세요.

1 냄비에 물을 두 사발을 넣고 끓이기



2 물이 끓어오르면 스프만 넣고 2분정도 더 끓이기



3 면을 넣고 3분간 더 끓이기



4 썰어놓은 대파와 달걀을 넣고 끓이기



5 그릇에 담아 먹기



아래는 속담풀이입니다. 빈칸에 알맞은 단어를 적거나 말해보세요.

1 _____ 도둑이 _____ 된다.

2 _____ 떼러 갔다가 _____ 붙여 온다.

3 _____ 제 곳 못하고 _____ 이 저 죽을 날 모른다.

4 세 살 버릇 _____ 까지 간다.

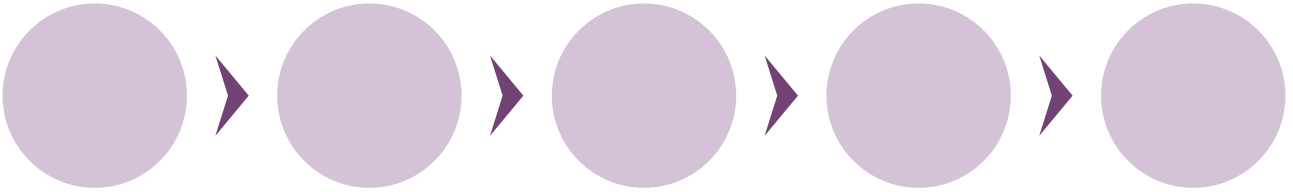
5 참새가 _____ 을 거저 지나랴

힌트

1	2	3	4	5	6
담뱃대	여든	혹	참깨	무당	죽
7	8	9	10	11	12
소도둑	개	소경	바늘	방앗간	하늘

기억력

앞에서 보았던 라면 끓이는 순서를 잘 기억해 봅시다.
끓이는 순서에 맞게 1번부터 5번까지 번호를 써 보세요.



1 물이 끓어오르면 스프만 넣고 2분정도 더 끓이기

2 썰어놓은 대파와 달걀을 넣고 끓이기

3 냄비에 물을 두 사발을 넣고 끓이기

4 그릇에 담아 먹기

5 면을 넣고 3분간 더 끓이기



두뇌건강훈련

정답지

두뇌건강놀이책 2-두걸음 정답지

09p 주의집중력

연습문제 정답 : 4개
실전문제 정답 : 6개

11p 실행기능

연습문제 : 1번-사과, 2번-딸기, 3번-버섯
실전문제 : 가-3, 나-2, 다-5, 라-4, 마-1

12p 기억력

1번 : 설악산 2번 : 덕유산
3번 : 무등산 4번 : 미륵산

13p 주의집중력

1번 정답 : 5개
2번 정답 : 4개
3번 정답 : 9개

3	5	12	차	지	31	71
31	7	10	16	5	파	7
레	김	31	8	구	가	50
손	9	소	2	파	10	손
11	구	7	허	9	12	0
19	1	13	손	연	7	포
허	3	구	15	8	2	23
손	2	★	7	3	파	하

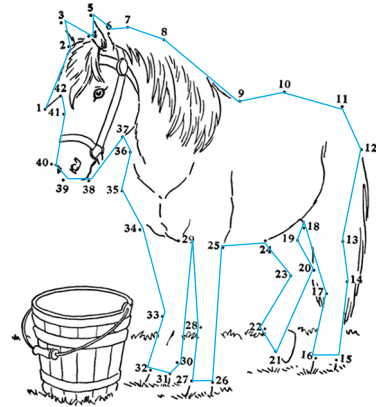
15p 실행기능 훈련

1번 정답 : 13,400원
2번 정답 : 25,800원
3번 정답 : 40,400원

16p 기억력 훈련

2월 4일	입동
4월 4일	추분
8월 7일	입춘
9월 22일	동지
11월 7일	입추
12월 21일	청명

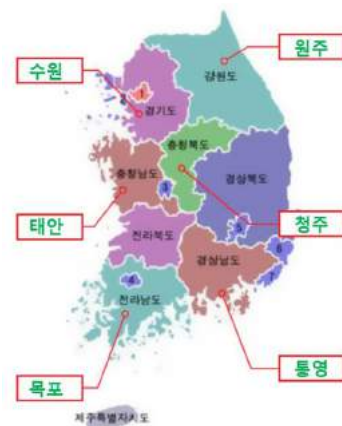
17p 주의집중력 훈련



19p 실행기능 훈련

ㅅ ㅈ	사 자	ㄱ ㄴ	깁 거 루
ㅎ ㅁ	하 마	ㄱ ㄴ	기 름
ㅎ 랑 ㅇ	호랑이	ㄱ ㅈ ㄴ	꼬끼리
ㅇ ㄴ ㅁ	얼룩말	ㅌ ㅈ	토 끼
악 ㅇ	악어	ㄱ ㅇ ㅈ	강아지
ㄷ ㄴ ㅈ	다람쥐	고 ㅇ ㅇ	고양이

20p 기억력 훈련



25p 주의집중력 훈련

예시와 칠하기의 위치와 색깔이 같으면 정답입니다.

27p 실행기능 훈련

1번 정답 : 6,200원
2번 정답 : 8,600원
3번 정답 : 4,600원 / 할인가 900원

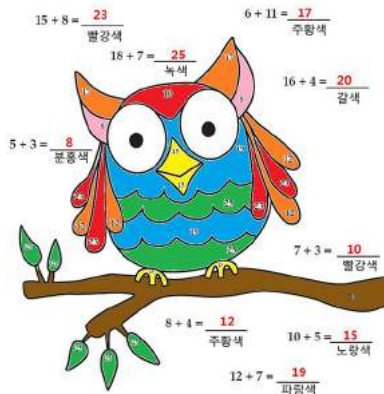
28p 기억력 훈련

강아지, 원숭이, 도라지, 청소

29p 주의집중력 훈련

17	♣	1	91	10	34	89	1	★	소
4	81	2	25	44	♣	35	86	16	4
♣	4	3	31	2	55	52	마	5	7
58	5	후	♣	67	70	4	♣	0	2
93	6	7	8	9	10	11	0	16	♣
52	89	♣	24	47	63	12	호	0	56
11	27	83	16	15	14	13	30	68	2
♣	71	3	17	7	55	가	16	40	54
3	사	44	18	19	20	21	♣	0	치
7	0	♣	8	♣	12	22	9	84	1
♣	28	27	26	25	24	23	타	6	67
31	29	56	★	33	29	1	5	75	♣
구	30	31	32	33	34	♣	17	28	57
3	★	주	10	7	35	5	※	96	66

31p 실행기능 훈련



32p 기억력 훈련

다람쥐, 모자, 양말이 없음

33p 주의집중력 훈련

종	소	빠	사	펠	시	계	래
신	발	칸	권	벌	큰	햄	표
잠	코	빠	소	승	합	또	낙
니	핑	참	큰	경	족	흰	벼
래	텔	잘	안	밋	잘	코	히
양	레	쏘	징	범	규	끼	플
퀴	비	너	표	새	아	리	응
뽕	전	김	고	웅	밍	브	봉
우	랍	비	람	코	발	사	과

35p 실행기능 훈련

1번 정답: 3월 10일(금요일)

2번 정답: 7월 22일(토요일)

3번 정답: 11월 7일(화요일)

36p 기억력 훈련

2번, 3번, 4번, 5번, 7번

41p 주의집중력 훈련



43p 실행기능 훈련

고무장갑	욕걸이	머리띠	얇은
크레파스	트리오	지우개	벨트
필통	주전자	국자	믹서기
도마	자	넥타이	싸인펜
안경	후라이팬	공책	수세미
커피	연필	얇은	시계

44p 기억력 훈련

쇼트트랙, 스키점프, 아이스하키,

피겨스케이팅, 스키, 루지

두뇌건강놀이책 2-두걸음 정답지

45p 주의집중력 훈련



47p 실행기능 훈련

1. ○ + ♣ = 5
2. ☁ + ☼ = 12
3. ☼ + # = 12
4. ○ ♣ + ♣ = 38
5. ♣ ♣ - ※ = 34
6. ☼ ☼ - ☼ ♣ = 33
7. ※ ♣ - ♣ # = 53
8. ○ ★ ♣ + ☼ ☼ = 117
9. ♣ ○ ☼ + ♣ ○ = 457
10. ♣ ★ ♣ - ♣ ★ = 162

48p 기억력 훈련

간호사 - 6번 주사기 조종사 - 5번 비행기
요리사 - 4번 냄비 선생님 - 1번 칠판

49p 주의집중력 훈련

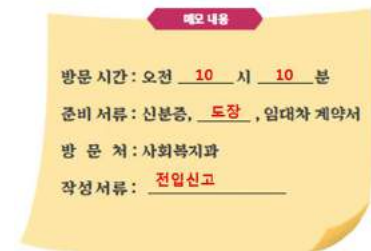
1번 정답 : 7개 / 2번 정답 : 3개

자두	참외	딸기	사과	키위	감
수박	귤	망고	포도	복숭아	참외
사과	토마토	석류	키위	배	키위
포도	석류	자두	망고	오렌지	복숭아
복숭아	키위	수박	토마토	참외	꽃감
오렌지	참외	바나나	석류	망고	바나나
토마토	망고	키위	복숭아	참외	토마토

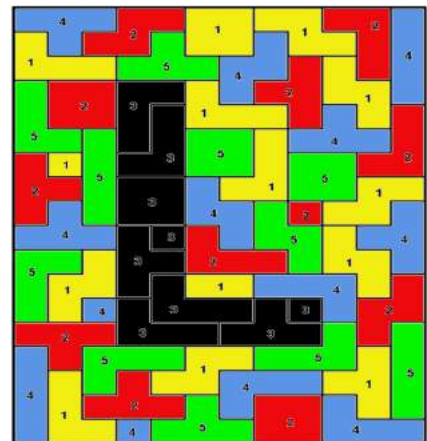
51p 실행기능 훈련

- 1번 정답 : 18,480원
2번 정답 : 13,040원
3번 정답 : 단호박, 흰다리새우, 무,
국물멸치(19,740원)
이외 2만원 한도내에서
다른 물건도 구입해 보세요.

52p 기억력 훈련



57p 주의집중력 훈련



59p 실행기능 훈련

- | | | |
|-------------|--------|------|
| 1. 바 흥 |> | 백 합 |
| 2. □ 리 |> | 모란 |
| 3. X O |> | 장미 |
| 4. 리 일 리 |> | 라일락 |
| 5. □ 기 흥 |> | 무궁화 |
| 6. 바 O 흥 |> | 백일홍 |
| 7. X 선 흥 |> | 수선화 |
| 8. 기 리 리 |> | 개나리 |
| 9. X 리 래 |> | 진달래 |
| 10. 흥 바 라 기 |> | 해바라기 |
| 11. X X □ X |> | 코스모스 |
| 12. X □ 이 X |> | 카네이션 |

60p 기억력 훈련

2번이 정답입니다.

61p 주의집중력

강	오	렌	혈	F	억	여	가	활	동
리	식	사	꿀	요	킹	자	리	스	랑
C	란	구	람	뮤	롱	관	카	콜	렘
게	바	딛	찌	아	강	그	쌍	크	요
통	포	레	샤	구	캔	외	B	탁	벌
선	쿠	약	넬	첼	클	버	출	새	거
고	파	복	A	웜	운	티	텍	G	M
황	나	용	셀	캥	동	뜨	루	양	참
로	나	하	후	롯	그	북	리	E	린
D	망	기	쉐	텔	너	가	입	어	H
제	추	카	토	죽	노	저	염	식	단

63p 실행기능

¹ 식	후	² 경			³ 목	불	식	⁴ 정
이		찰			수			육
섬		⁵ 서	동	⁶ 요		⁷ 포	목	점
⁸ 유	채			산		도		
		⁹ 열		¹⁰ 요	들	송		¹¹ 일
	¹² 섬	섬	옥	수		¹³ 이	무	기

64p 기억력



65p 주의집중력 훈련

1. 맛있는 김치 → 맛있는 김치
2. 피아노 → 피아노
3. 비빔밥 → 비빔밥
4. 두부김치 → 두부김치
5. 버더오 → 비디오
6. 테어프 → 테이프
7. 종어비행거 → 종이비행기
8. 서레거무침 → 시레기무침
9. 저러산국립공원 → 지리산국립공원
10. 재머엇는 어야거 → 재미있는 이야기

67p 실행기능 훈련

- 1번 정답: 바늘 도둑이 소 도둑 된다.
- 2번 정답: 흑 떼러 갔다가 흑 붙여 온다.
- 3번 정답: 무당 제 굿 못하고 무당이 저 죽을 날 모른다.
- 4번 정답: 세 살 버릇 여든까지 간다.
- 5번 정답: 참새가 방앗간을 거쳐 지나라

68p 기억력 훈련

3번 → 1번 → 5번 → 2번 → 4번

참/고/문/헌

1. 고령자 치매를 위한 치료적 활동, 정원미/박충순, 퍼시픽북스
2. 직업훈련생을 위한 인지훈련 워크북, 구인순 외 3인, 한국장애인고용공단 고용개발원
3. 치매 및 뇌졸중 환자의 인지기능 향상을 위한 인지재활훈련, 김영범, 오태형, 학지사
4. 노인작업치료, 양영애 외 11인, 계축문화사
5. 치매환자와 함께하는 작업요법, 한국치매협회, 도서출판, 윈
7. 가정 인지재활 훈련을 위한 안내지침, 인하대학교 간호학과/인하대병원 인천 권역 심뇌혈관질환센터
8. 인지활동형 프로그램 e-Book(인지훈련도구), 국민건강보험공단 노인장기요양보험 홈페이지
9. 치매환자를 위한 주간보호시설용 인지프로그램(참나무프로그램), 정원미, 보건복지부
10. 9988 똑똑한 신문읽기 두근두근 뇌운동, 중앙치매센터, 조선일보
11. 삼성서울병원 뇌신경센터가 개발한 뇌훈련, 나덕렬, 조선일보, 삼성병원
12. How are visuospatial working memory, executive functioning and spatial abilities related: A latent-variable analysis, Akira miyake et.al. 2001, Journal of experimental psychology
13. 이미지출처, 게티이미지코리아, www.gettyimagesbank.com, designed by freepik.com

두·걸·음 두뇌건강 놀이책 2 증보개정판

인 쇄 | 2021년 11월 1일

발 행 | 2021년 11월 1일

지 은 이 | 문영주

발 행 인 | 주진형

발 행 처 | 강원도광역치매센터

인 쇄 처 | 디자인 미우



우 (24289) 강원도 춘천시 백령로 156 암노인보건의료센터 7508호

TEL | 033. 257. 9164~5 FAX | 033. 258. 9091

E-mail | gangwon@nid.or.kr 홈페이지 | <http://gangwon.nid.or.kr>

※ 강원도광역치매센터에서 발행된 두뇌건강 놀이책 무단복제 및 배포를 금합니다.
이미지 라이선스는 게티이미지뱅크의 저작물을 사용하였습니다.

치매걱정없는 행복한 강원도 인지건강파트너 강원도광역치매센터



광역치매센터
강원도

우 (24289) 강원도 춘천시 백령로 156 암노인보건의료센터 7508호
TEL | 033. 257. 9164~5 FAX | 033. 258. 9091

<http://gangwon.nid.or.kr>