

두뇌건강 놀이책 2

세/걸/음



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

1주차

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.

하마

옷핀

미역

산나물

고양이

비둘기

4. 다음을 계산해 봅시다. (계산순서를 주의하세요.)

1) $6 \times 9 =$

2) $8 \times 8 =$

3) $(11 \times 7) + 6 =$

4) $(10 \div 2) + 7 =$

5) $12 \times 2 =$

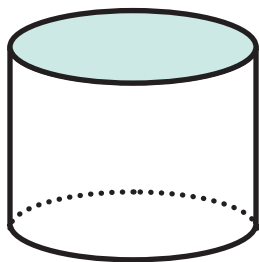
6) $7 \times 7 =$

7) $(10 \times 7) - 27 =$

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

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 teal-colored header bar. Below this bar, the page is filled with evenly spaced horizontal gray lines, typical of notebook paper. The lines extend across the entire width of the page. In the bottom-left corner, there is a light gray triangular shape that points towards the center of the page, partially obscuring the ruling lines. The overall appearance is clean and minimalist, resembling a template for a document or a piece of stationery.

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

다음 보기와 같은 그림은 몇 개일까요?

실 전 1

보기



같은 모양은 모두 몇 개가 있나요?

실 전 2

보기



같은 모양은 모두 몇 개가 있나요?

기억력

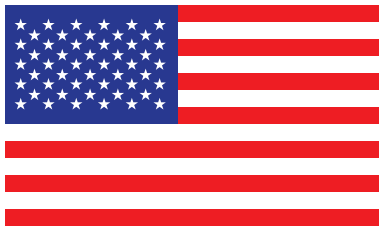
아래는 각 나라이름과 국기입니다. 잘 보고 기억하세요.



필리핀



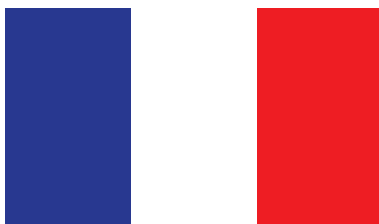
캐나다



미 국



케 나



프랑스



중 국

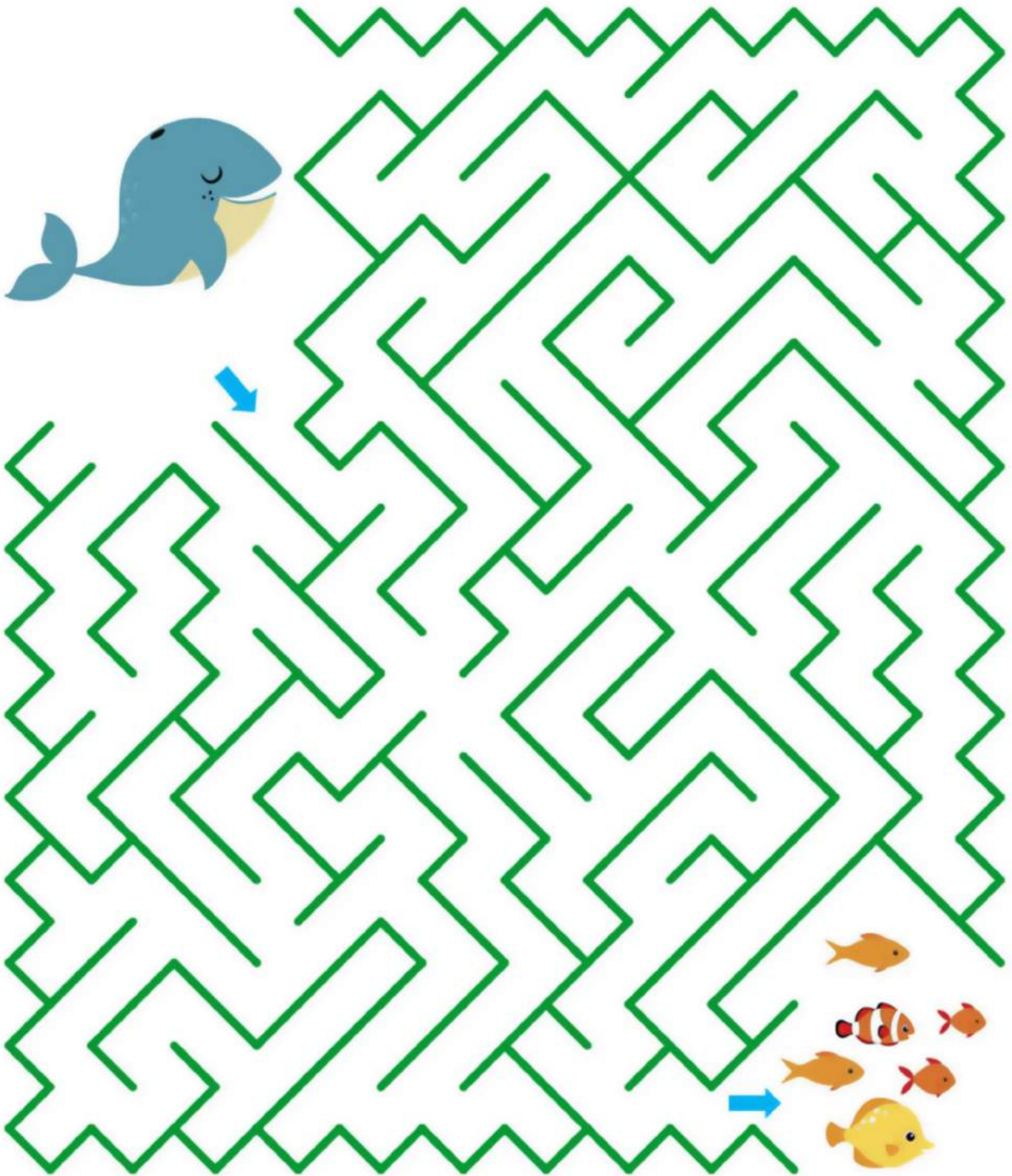
잠깐!

※ 다음 페이지를 넘어가기 전에 아래의 내용을 꼭 수행하세요!

당신이 알고 있는 다른나라 이름 3개 이상 말해보세요.

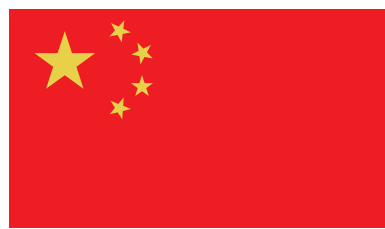
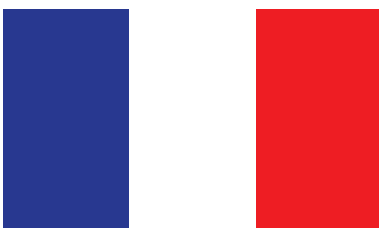
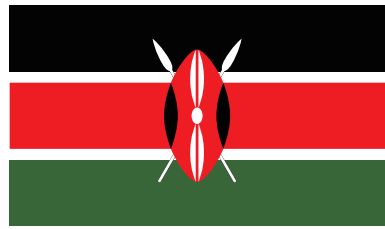
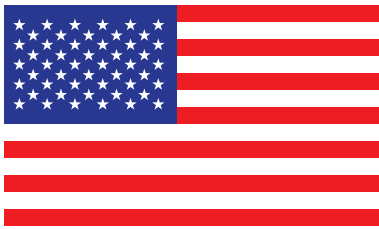
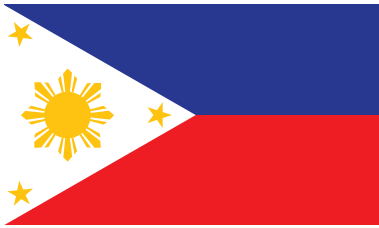
예) 미국

다음은 미로입니다. 고래가 물고기를 잡으러 가야하는 길을 찾아보세요.



기억력

앞에 나왔던 각 나라명과 국기를 기억해 봅시다.



힌 트!

태국, 중국, 벨기에, 캐나다, 케냐, 미국, 프랑스, 일본, 필리핀

아래 숫자 “15”와 글자 “치”를 모두 찾아 동그라미하세요.

장	2	치	15	우	0	장	5	효
3	♂	장	31	사	14	15	치	22
46	0	치	바	15	♂	거	2	15
15	장	3	19	한	기	49	▨	3
§	저	고	7	2	치	3	사	치
3	경	19	15	장	♣	치	바	15
27	★	장	27	호	22	15	치	☪
한	15	소	2	치	한	27	3	0
잔	3	치	한	0	훈	장	◐	15
19	한	62	15	27	경	15	택	칭

1 숫자 “15”는 모두 몇 개입니까? _____

2 글자 “치”는 모두 몇 개입니까? _____

3 “15”의 개수와 “치”의 개수를 합치면 모두 몇 개입니까? _____

기억력

아래 글을 읽고(혹은 듣고) 잘 기억하고 계세요.

* 시력문제 등으로 글자 읽는데 어려움이 있는 분은 타인이 읽어주세요.

세정할머니는 2013년 8월 15일 대전에 살고 있는

막내딸 집에 가기 위해 버스터미널로 갔습니다.

세정할머니 집은 원주입니다.

버스표를 사기 위해 지갑을 열었습니다.

현금 4만원을 가지고 있었습니다.

원주에서 대전가는 직통 버스 가격은 12,000원입니다.

편도 버스표를 사고 3,000원 어치의 과자를 샀습니다.

대전까지 가는 시간은 2시간이 걸립니다.



잠깐!

※ 다음 페이지를 넘어가기 전에 아래의 내용을 꼭 수행하세요!

최근에 가장 멀리 외출한 곳과 자주 외출한 곳을 이야기해 보세요.
정확한 장소 이름도 말해보세요.

백화점을 방문하였습니다. 제품과 가격표를 꼼꼼히 확인하세요.



여자 바지 1벌
35,000원



남자 바지 1벌
20,000원



치마 1개
15,000원



티셔츠 1개
16,000원



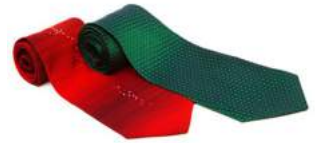
신발 1켤레
75,000원



가방 1개
80,000원



모자 1개
18,000원



넥타이 1개
9,000원

1 큰아들을 위해 바지1벌과 티셔츠 1개를 구입했다면 가격은 얼마인가요?

2 며느리 생일 선물로 치마와 가방을 주려고 합니다. 얼마를 지출하면 되나요?

3 8가지 물건을 모두 구입하면 가격은 모두 얼마인가요?

앞에서 읽었던 글을 잘 기억하고 다음 물음에 답하세요.

1 세정할머니가 가는 곳은 어디 입니까?

① 진주

② 서울

③ 대전

④ 부산

2 버스 요금은 얼마를 주고 구입할 수 있습니까?

① 5,000원

② 8,500원

③ 10,000원

④ 12,000원

3 할머니가 버스터미널에서 사용한 금액은 모두 얼마 입니까?

① 10,000원

② 15,000원

③ 20,000원

④ 25,000원

4 원주에서 대전까지 소요되는 시간은 얼마입니까?

① 1시간

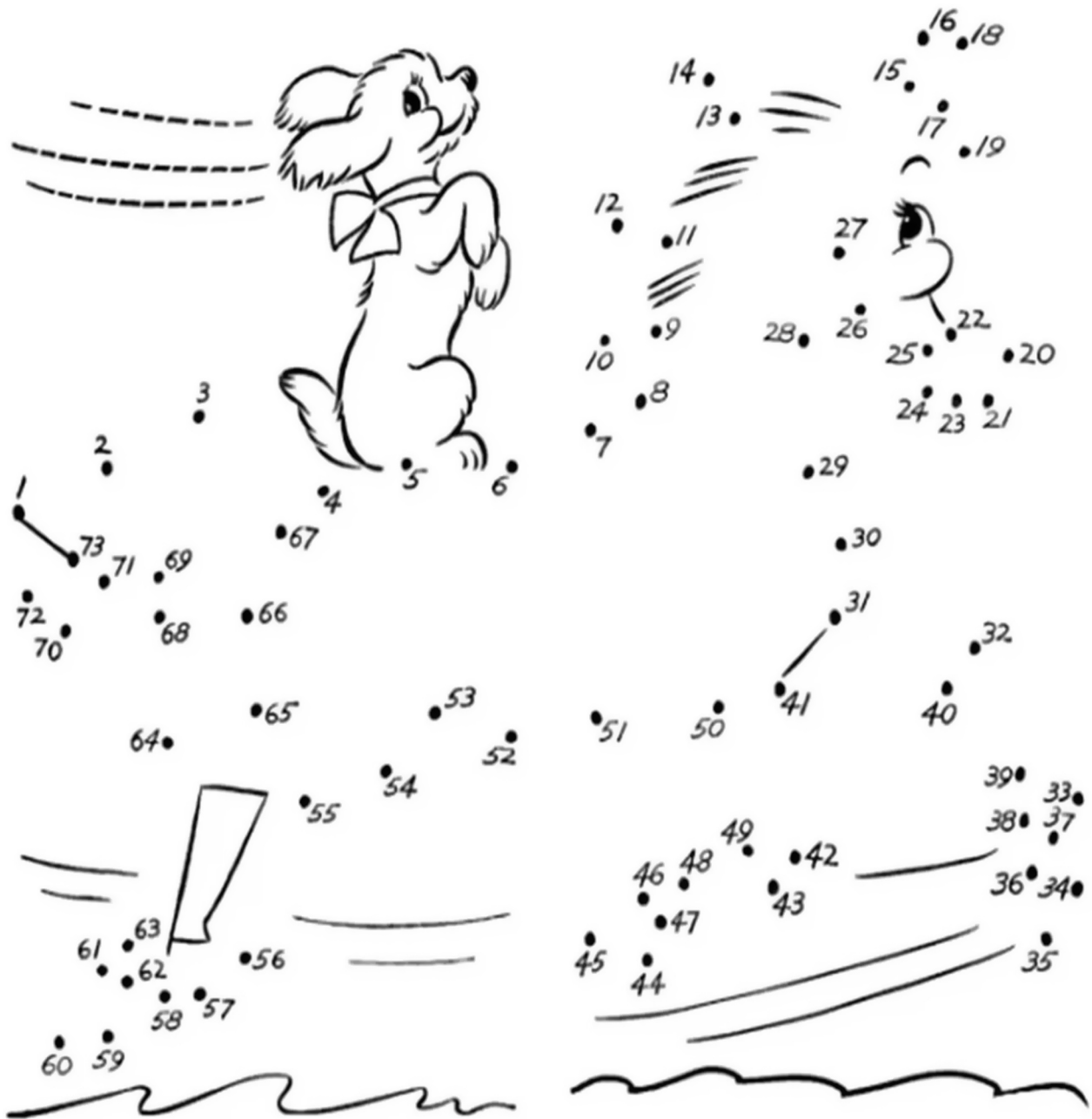
② 1시간 30분

③ 2시간

④ 2시간 30분

아래 그림은 아직 완성되지 않았습니다.
숫자 1~73까지 수서대로 연결하고 완성된 그림을 이야기해 봅시다.

※ 완성된 그림을 색칠해 보세요.



기억력

아래는 각 나라의 중심도시입니다. 연결되는 짝을 잘 기억하세요.

대륙	나라명	수도명
북아메리카	미 국	워싱턴
유럽	프랑스	파 리
아시아	중 국	북 경
동유럽	헝가리	부다페스트
아시아	일 본	동 경
아프리카	이집트	카이로

잠깐!

※ 다음 페이지를 넘어가기 전에 아래의 내용을 꼭 수행하세요!

세계지도를 준비해 주시면 더 재미있습니다.

자신이 알고 있는 외국나라 이름을 모두 말해 보세요.

다음 보기에서 글자를 2개씩 골라 단어를 만들어보세요.
글자는 반복해서 찾아도 됩니다.

※ 최소 9개의 단어는 꼭 찾아보세요.

보 기

공 어 자
장 구
동 하 대 야 선
의 차
청 고 전 비
수 소 모 림
냉 방 면

기억력

앞에서 보았던 각 나라의 중심도시를 기억하시나요? 빈칸을 채우세요.

대륙	나라명	수도명
북아메리카	미 국	_____
_____	프랑스	_____
아시아	_____	북 경
동유럽	_____	부다페스트
_____	일 본	_____
아프리카	_____	카이로

힌 트!

대륙명 | 아시아, 북아메리카, 유럽, 아프리카, 동유럽, 북유럽, 남아메리카

나라명 | 칠레, 미국, 캐나다, 프랑스, 스리랑카, 중국, 일본, 이집트

수도명 | 워싱턴, 파리, 북경, 부다페스트, 동경, 카이로

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.

하마

옷핀

미역

산나물

고양이

비둘기

4. 다음을 계산해 봅시다. (계산순서를 주의하세요.)

1) $6 \times 7 \times 2 =$

2) $9 \times 9 \div 3 =$

3) $5 \times 3 - 5 =$

4) $3 \times 4 \times 2 =$

5) $8 \times 8 \times 6 =$

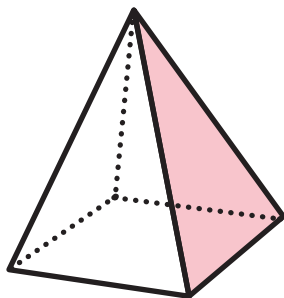
6) $2 \times 6 \times 9 =$

7) $11 \times 8 + 9 =$

8) $4 \times 12 + 6 =$

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.

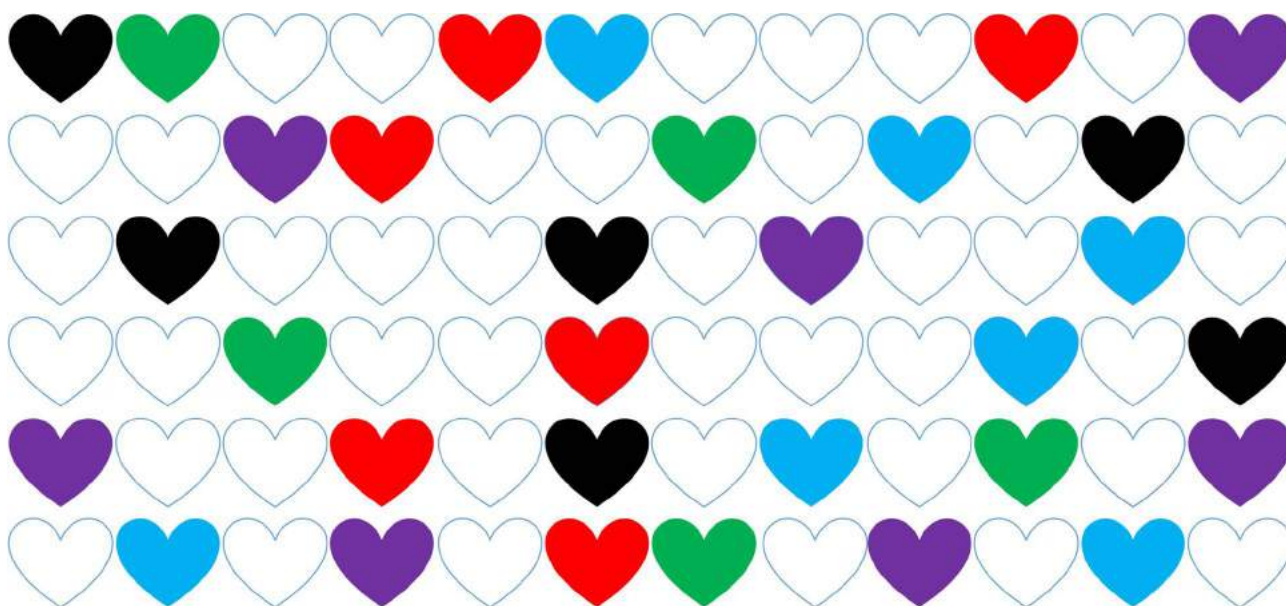
일기쓰기

[illegible]

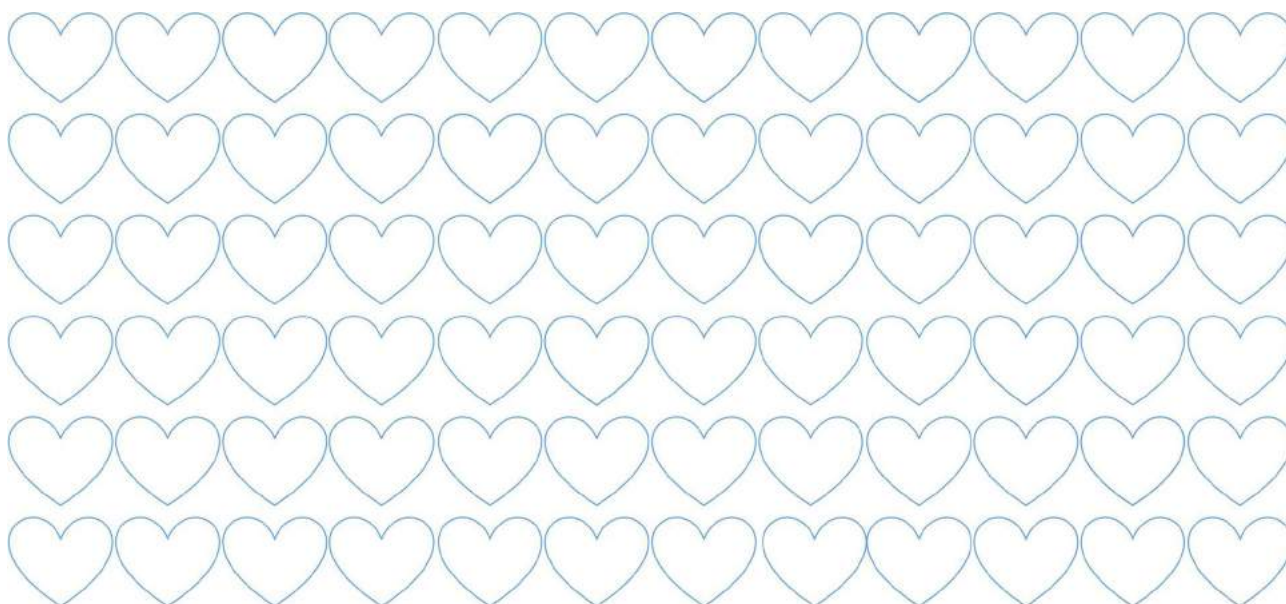
- ▶ 1주일 동안 있었던 활동을 순서대로 기록해 보세요.
- ▶ 1일을 기록 할 때는 기상부터 잠자기 전까지의 활동을 시간순서대로 기록해 보세요.

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

예 시

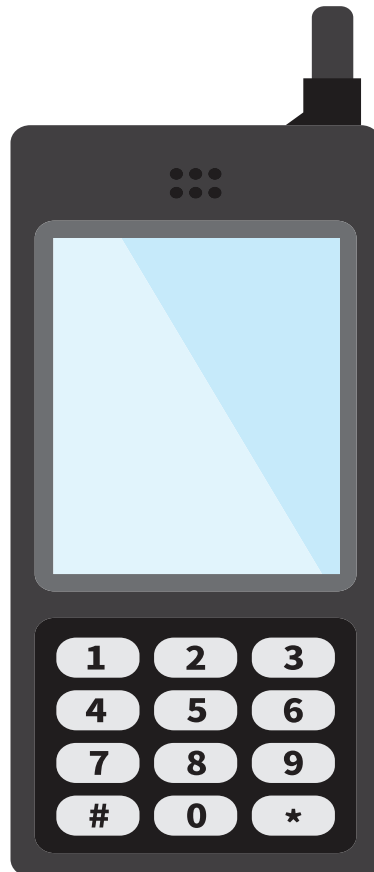


칠하기



기억력

다음은 휴대폰 그림입니다. 제시되는 숫자를 잘 기억해 두세요.



아래의 휴대폰 비밀번호와 친구전화번호를 꼭 기억하세요.

비밀번호 : 4783

친구전화번호 : 010-5891-3247

잠깐!

※ 다음 페이지를 넘어가기 전에 아래의 내용을 꼭 수행하세요!

나의 가족이나 친구들에게 안부를 자주 묻습니까?

가장 자주 통화하는 사람의 이름과 가장 최근에 만난 사람을 말해 보세요.

가족들과 함께 토요일에 외식을하기로 하였습니다.
한정식집의 차림표입니다.

한정식 “백세인생”

건강을 위해 주인장이 직접 농사지은 **쌈채소** 무한리필

- 한상차림 정식 : 15,000원 (1인당 가격)
- 특대 한상차림 정식 : 23,000원 (2인이상 주문가능)
- 고등어구이 정식 : 8,000원
- 쌈밥정식 : 10,000원
- 된장찌개 : 5,000원

예약문의 | 275-8547 위치 | 오거리 옆 마을은행 3층



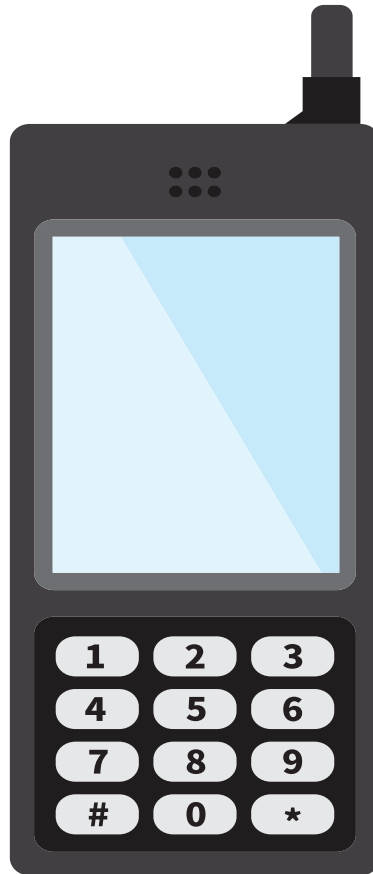
1 5명의 가족이 한상차림 정식을 주문한다면 총 지출금액은 얼마인가요?

2 2명은 고등어구이 정식, 2명은 된장찌개, 1명은 쌈밥정식을 주문한다면 총 지출 금액은?

3 3만원으로 4명이 먹을 수 있는 음식을 골라보세요.

기억력

앞에서 보았던 번호를 잘 기억해 보세요.



1 비밀번호

2 친구전화번호

아래는 4개의 숫자로 구성되어 있습니다.
숫자에 맞는 색깔을 모두 칠하고 어떤 모양이 나오는지 확인해 보세요.

3 초록색

4 검정색

5 노란색

6 주황색

4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4
4	4	6	6	6	6	6	3	3	3	3	6	6	6	6	6	4	4	4
4	6	6	5	6	5	6	6	6	6	6	6	5	6	5	6	6	4	4
6	6	5	6	5	5	5	5	6	6	5	5	5	5	6	5	6	6	4
6	5	5	6	5	5	5	5	6	6	5	5	5	5	6	5	5	6	4
6	5	5	4	4	5	5	5	6	6	5	5	5	4	4	5	5	6	4
6	5	4	4	4	4	5	5	6	6	5	5	4	4	4	4	5	6	4
6	5	5	6	5	5	5	5	6	6	5	4	5	5	6	5	5	6	4
6	5	5	6	5	5	5	4	4	4	4	5	5	5	6	5	5	6	4
6	5	5	6	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	6	5	5	6	4
6	5	5	6	5	5	5	5	6	6	5	5	5	5	6	5	5	6	4
6	5	5	4	4	4	5	5	6	6	5	5	4	4	4	5	5	6	4
6	5	5	6	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	6	5	5	6	4
6	5	5	6	5	5	4	4	4	4	4	4	5	5	6	5	5	6	4
6	6	5	5	6	5	5	5	4	4	5	5	5	6	5	5	6	6	4
4	6	6	5	5	6	5	5	6	6	5	5	6	5	5	6	6	4	4
4	4	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	4	4	4
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3

기억력

사진의 그림을 잘 살펴보고 기억하세요.



간호사



소나무



붉은색

간호사를 보면 붉은 피와 건강한 소나무가 생각난다.



경찰



버드나무



파란색

경찰을 보면 파란하늘 아래 곧게 뻗은 버드나무가 생각난다.



소방관



벚나무



분홍색

소방관을 보면 분홍 빛 벚나무처럼 고마운 존재로 느껴진다.

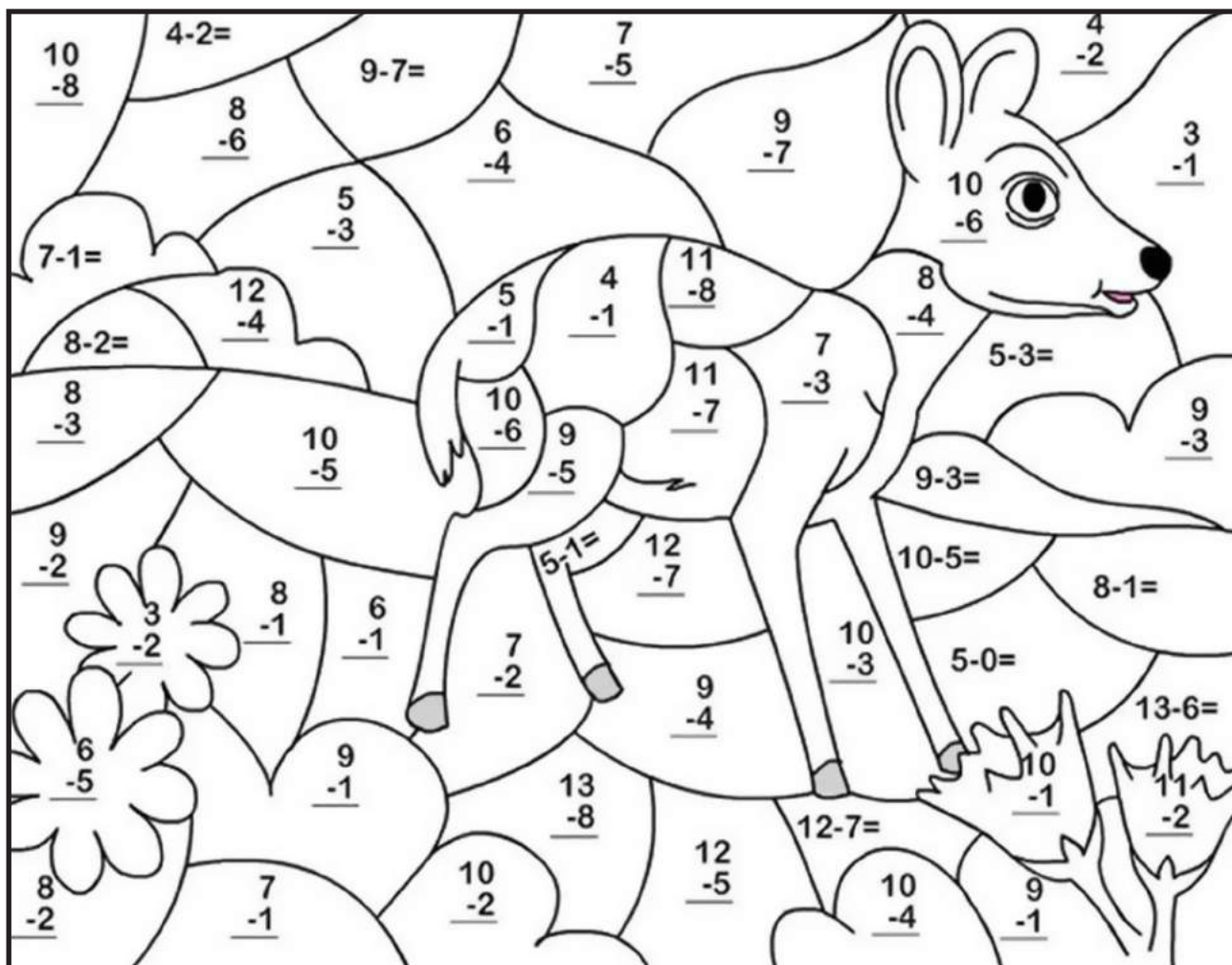
잠깐!

※ 다음 페이지를 넘어가기 전에 아래의 내용을 꼭 수행하세요!

머리와 손을 간단하게 1분간 마사지 해주세요.

숲속의 사슴입니다.

산수(더하기/빼기)를 하고 해당하는 색깔을 칠하세요.



6과 8

초록색

9

노랑색

1

분홍색

2

파랑색

5와 7

회 색

4와 3

갈 색

기억력

앞에서 보았던 단어를 연상해서 문장을 만들어 보세요.



간호사



소나무



붉은색



경찰



버드나무



파란색



소방관



벚나무



분홍색

보기 단어를 찾아 동그라미 하세요.

※ 가로, 세로, 대각선 방향등을 모두 찾아보세요.

보기

여우 / 참새 / 옥수수 / 복숭아 / 토마토 / 독수리
우표 / 파리 / 사슴 / 고구마 / 표범 / 파인애플

가	표	범	음	징	드	간	불	스	결
포	송	할	다	개	우	표	큰	옥	행
머	마	리	복	고	오	적	햄	수	하
내	빠	관	숭	안	깡	카	릴	수	시
끼	참	새	아	포	용	분	탄	등	감
밋	잘	웅	히	제	병	여	파	손	어
여	우	박	사	슴	회	사	인	권	고
사	너	자	화	갈	인	슴	애	치	구
히	김	어	토	승	합	또	플	톱	마
사	보	마	호	키	초	인	뮤	플	해
공	토	태	래	송	독	수	리	권	파
팔	쥐	링	치	병	밍	웜	입	빈	리

기억력

아래 질문을 읽고 말하고 답해보세요.

1 가장 친한 친구나 동네 사람의 이름을 말해보세요.

2 친구의 나이와 고향을 알고 있나요?

3 친구와 놀러 갔다면 가장 기억에 남는 곳은 어디인가요?

지갑에서 10원, 50원, 100원 짜리 동전을 꺼내 봅시다.
보기처럼 동전을 이용하여 제시되는 금액을 만들어 봅시다.

※ 돈이 없다면 종이를 이용하여 동전을 대신할 금액을 만듭시다.

보 기

동전 8개로 480원 만들기



3개



1개



4개



1

동전 7개로 360원 만들기

_____ 개

_____ 개

_____ 개

2

동전 8개로 460원 만들기

_____ 개

_____ 개

_____ 개

3

동전 9개로 480원 만들기

_____ 개

_____ 개

_____ 개

4

동전 10개로 470원 만들기

_____ 개

_____ 개

_____ 개

5

동전 12개로 620원 만들기

_____ 개

_____ 개

_____ 개

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.

볼펜

귀걸이

장조림

사과

파일

오리

4. 다음을 계산해 봅시다. (계산순서를 주의하세요.)

1) $4 + 2 \times 6 =$

2) $20 - 3 \times 6 =$

3) $5 \times 8 \div 2 =$

4) $10 \div 2 \times 5 =$

5) $10 \times 2 \times 6 =$

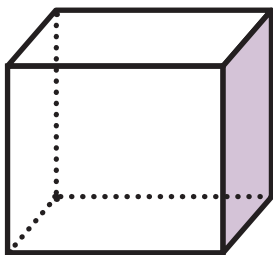
6) $55 - 11 \times 3 =$

7) $15 - 7 \times 2 =$

8) $20 - 10 \div 2 =$

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.

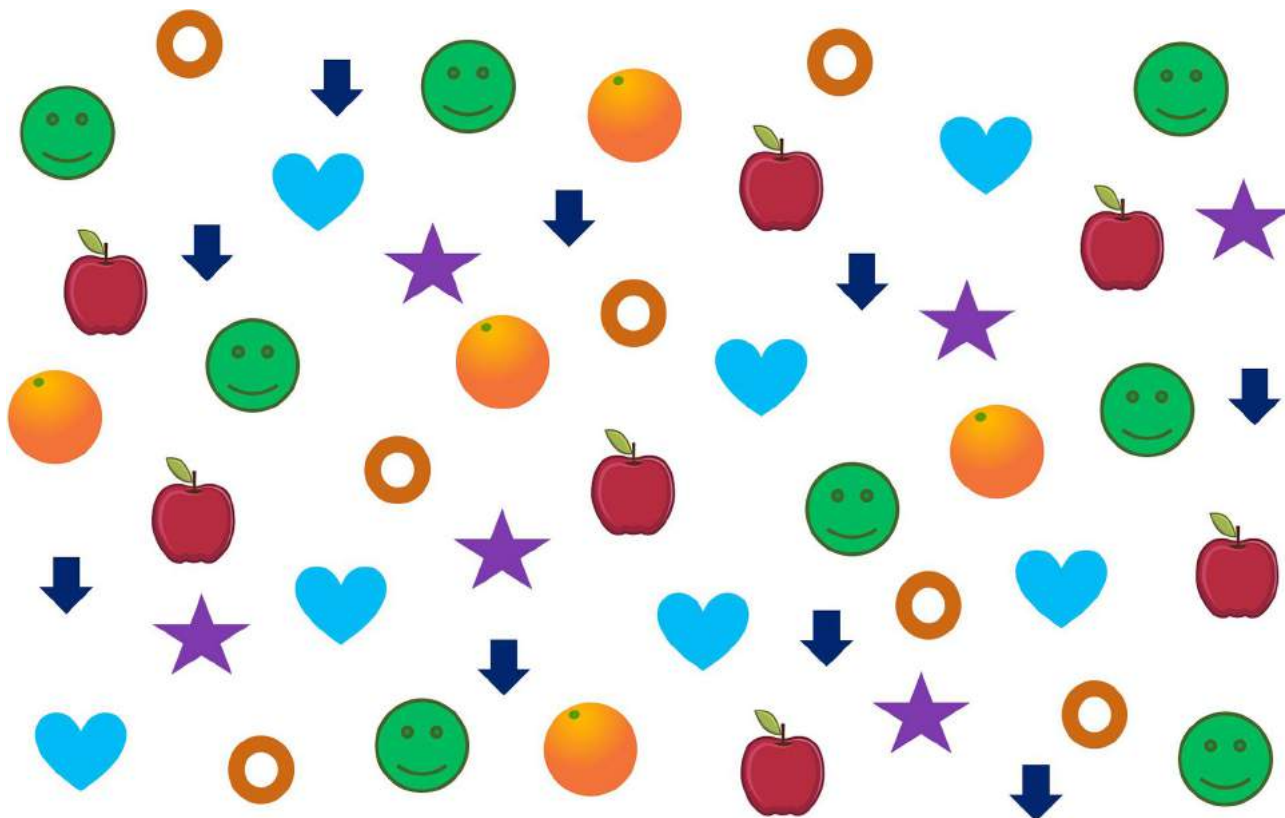
일기쓰기

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. At the very top, there is a solid purple rectangular bar. Below this bar, the page is filled with evenly spaced horizontal grey lines. In the bottom-left corner, there is a light grey triangular shape that points towards the center of the page, partially obscuring the ruling lines. The rest of the page is empty and ready for writing.

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

아래 그림을 잘 살펴보시고 질문에 답해보세요.

※ 숫자 세는데 어려움이 있을 경우 같은 모양만 찾게 하시고 숫자는 보조자가 도와주세요.



1



하트 모양은 몇 개 있나요? _____

2



웃는 얼굴은 몇 개 있나요? _____

3



사과는 몇 개 있나요? _____

기억력

하계 올림픽 종목과 명칭을 잘 기억하세요.



배드민턴



양궁



배구



축구



태권도



조정

잠깐!

※ 다음 페이지를 넘어가기 전에 아래의 내용을 꼭 수행하세요!

가을하면 생각나는 물건 3가지만 말해 보세요.

다음 단어들을 적절한 기준으로 나누고 기억해 보세요.

구절판	초밥	된장찌개	다코야키	팔보채
스파게티	콩나물국밥	짜장면	샐러드	김밥
잡채	가츠동	불고기	우동	김치전
탕수육	햄버거	깐풍기	스테이크	짬뽕
피자	보쌈	라조기	국수	오므라이스

한식

중식

일식

기억력









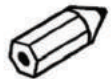


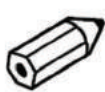
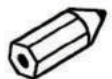





앞의 하계 올림픽 종목이 기억나시나요?
아래 그림의 운동 이름을 모두 맞춰보세요.



힌 트!

축구, 배드민턴, 조정, 양궁, 배구, 태권도

다음은 같은 글자나 모양이 4개씩 있습니다.
같은 글자와 모양을 4개씩 짝지어 찾아 주세요.

	8	파				
			차			파
		8				
	차			8		
						차
						파
파		8	차			

같은 글자나 모양은 모두 몇 개가 있나요?

기억력

여러 가지 직업과 관련된 물건을 연결해 두었습니다. 잘 기억해 주세요.



군인



총



요리사



냄비



화가



붓



농부



삽



의사



청진기



과학자



실험도구

잠깐!

※ 다음 페이지를 넘어가기 전에 아래의 내용을 꼭 수행하세요!

당신이 살고 있는 지역의 도시 이름을 5개 이상 말해 보세요.
그리고 가장 가까운 시군은 어디 입니까?

보기를 보면서 각 기호에 해당되는 숫자와 연관 지어 계산을 해보세요.

보기									
★	◐	▶	✎	♣	☎	☹	💣	✖	#
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9

1. ☹ + ✖ = 14
2. ▶ + ☎ =
3. ◐ ★ + 💣 =
4. ✎ ▶ + ◐ ☎ =
5. ☎ ✖ + # ✎ =
6. ◐ ♣ ★ + ☹ ▶ =
7. ♣ ☎ ☹ + ◐ ☎ ★ =
8. ☹ - ▶ =
9. ♣ ◐ - # =
10. ▶ 💣 - ◐ ✎ =
11. ▶ ★ ♣ - ☎ ▶ =
12. ▶ × 💣 =
13. ▶ ✎ × ☹ =
14. ♣ ★ ÷ ☎ =

기억력

앞에서 본 직업과 관련된 물건 그림입니다. 빈칸을 채워보세요.

_____ 번



_____ 번



_____ 번



_____ 번



_____ 번

_____ 번



힌 트!



① 붓



② 군인



③ 과학자



④ 삽



⑤ 요리사



⑥ 청진기

예시와 같이 표의 글자색을 읽어주세요.

※ 글자가 아닌 색깔을 읽어주세요.

예 시

파랑 → 빨강

파랑	노랑	주황	빨강	보라	초록
초록	빨강	보라	파랑	주황	남색
남색	빨강	남색	빨강	보라	파랑
초록	빨강	주황	파랑	남색	보라
파랑	주황	보라	빨강	초록	초록
주황	초록	주황	파랑	빨강	남색
파랑	빨강	초록	빨강	주황	파랑
파랑	초록	빨강	보라	남색	주황
남색	주황	보라	주황	초록	빨강

1 빨간색은 모두 몇 개가 있나요? _____

2 노란색은 모두 몇 개가 있나요? _____

아래 그림을 잘 살펴보고 기억하세요.

다음 달에 큰집 아들 결혼식이 있다는 연락과 함께 청첩장을 받았습니다.
청첩장을 꼼꼼히 읽고 잘 기억하세요.



청 첩 장

결혼합니다 축복해 주세요
여러 어른들과 친지분을 모시고 저희가
하나됨을 맹세하려고 합니다.
바쁘시더라도 참석하시어 함께 축하해주시면
저희에게 큰 기쁨이 되겠습니다.

김호연.김근자 의 아들 현호
박만술.백숙자 의 딸 진희

2017년 2월 18일 (토) 오후 2시
“시집가기 좋은날 웨딩홀”



잠깐!

※ 다음 페이지를 넘어가기 전에 아래의 내용을 꼭 수행하세요!

당신의 생일과 결혼 일자를 말해보세요. 당신이 결혼한 해와 날짜,
그 당시 날씨, 장소 등을 구체적으로 이야기 해 보세요.

어제 샀던 물건의 영수증입니다.

영 수 증

상

호 : 우리사랑 마트

사업자번호

호 : 123-45-678910

주

소 : 강원도 00시 00동 111번지

대표

자 : 김 만이

연락

처 : 033-000-4500

품명	수량	금액
조미김	1봉지	2,500원
당근	5개	1,200원
우유	1병	2,850원
마늘	1묶음	4,620원
고구마	1kg	8,800원
만두	1봉지	6,300원
참깨	1병	2,700원

주문합계

*** 주문번호 : 0040 ***

201*-11-26

오전: 10:48

오늘도 저희 마트를 찾아 주셔서 감사드립니다.

- 1 내가 구입한 물건은 총 몇 가지입니까? _____
- 2 구입한 물건의 가격은 모두 얼마입니까? _____
- 3 5만원을 가지고 장을 봤다면 얼마가 남아야 할까요? _____
- 4 조미김과 마늘을 반품하고 다시 계산하면
내가 구입한 물건 가격은 모두 얼마입니까?

앞의 청첩장을 잘 기억해 봅시다.

청첩장의 내용 중 빈칸을 모두 채워주세요.



청첩장

결혼합니다 축복해 주세요
여러 어른들과 친지분을 모시고 저희가
하나됨을 맹세하려고 합니다.
바쁘시더라도 참석하시어 함께 축하해주시면
저희에게 큰 기쁨이 되겠습니다.

김호연.김근자 의 아들 _____

박만술.백숙자 의 딸 진희

2017년 ____월 ____일 (토) 오후 ____시

“ _____ 웨딩홀 ”



두뇌건강훈련 4주차

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.

하마

옷핀

미역

산나물

고양이

비둘기

4. 다음을 계산해 봅시다. (계산순서를 주의하세요.)

1) $3 + 2 \times 24 =$

2) $20 \times 3 - 50 =$

3) $31 \times 2 \times 4 =$

4) $6 \div 3 \times 7 =$

5) $5 \times 2 \div 10 =$

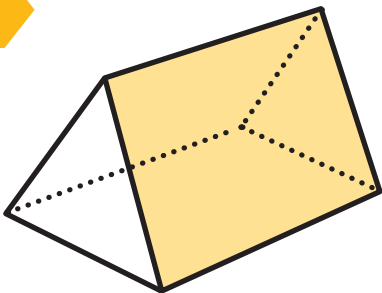
6) $7 \div 1 \times 8 =$

7) $6 \times 2 \div 4 =$

8) $8 \times 8 \times 2 =$

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.

일기쓰기

[illegible]

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

아래에는 2~50까지의 숫자가 있습니다.
2의 배수를 찾아 차례대로 연결해 보세요.

2의 배수란? 2개를 계속 더하기 하는 숫자

보기

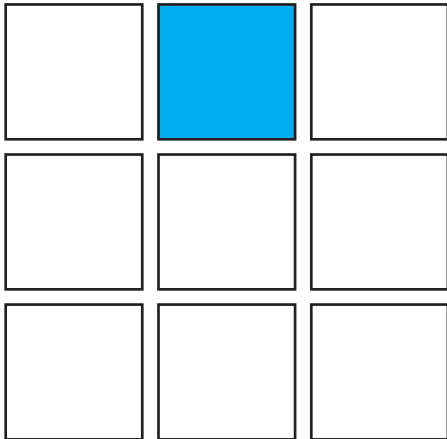


2	4	5	9	11	18	20
3	6	8	12	14	17	22
35	32	10	13	16	19	21
15	25	30	23	26	24	46
34	36	27	29	28	44	47
31	37	7	40	42	43	49
39	33	38	41	45	48	50

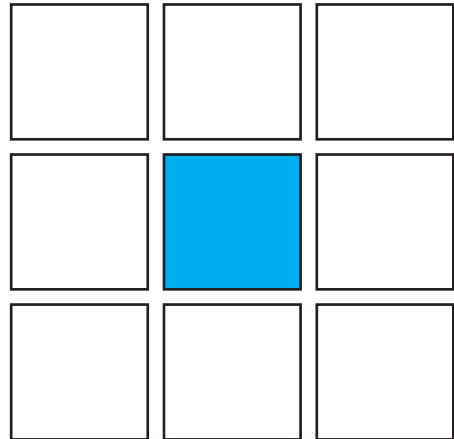
기억력

네모난 상자의 색깔을 순서대로 기억해 보세요.

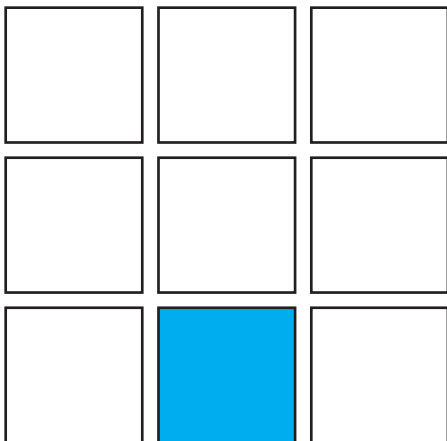
1



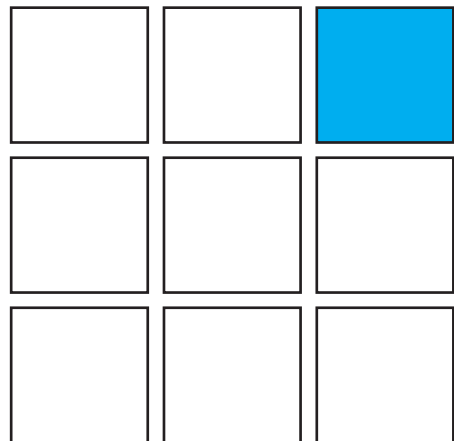
2



3



4



잠깐!

※ 다음 페이지를 넘어가기 전에 아래의 내용을 꼭 수행하세요!

머리, 어깨, 무릎, 발이라는 노래에 맞춰서 간단한 운동을 실시하자!
머리, 어깨, 무릎, 발, 무릎, 발.....머리, 어깨, 무릎, 눈, 코, 입

우리 동네에 새롭게 미용실이 생겼습니다.
다음은 미용실 개업 행사 전단지입니다.

잘라야 예뻐 미용실 오픈 기념 행사

가 / 격 / 표

남자커트 : 5,000원	여자커트 : 8,000원
염 색 : 30,000원	뿌리염색 : 10,000원
파 마 : 25,000원	매 직 : 35,000원
올림머리 : 15,000원	

오전 12시까지 방문하시는 모든 고객님에게 2만원 상당의 헤어제품 증정
5만원 이상 결제하신 고객님 무료 두피마사지 서비스

영업시간 | 오전 9시부터 저녁 9시까지

주 소 | 소리은행 1층

전화번호 | 437-3001

슬이네 분식

은진이네 슈퍼

버스정류장

편의점

숫불갈비

소리은행

1 뿌리염색과 파마를 했습니다. 가격이 얼마인가요? _____

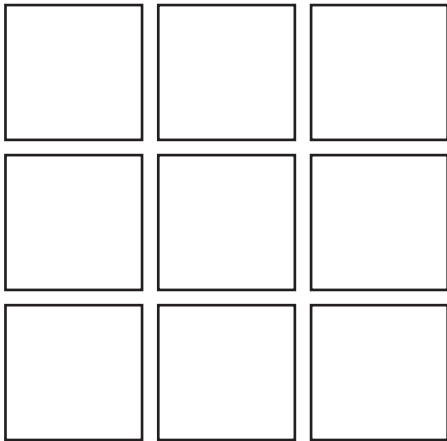
2 아들은 커트를 하고 아버지는 매직을 했습니다.
가격은 얼마인가요? _____

3 오후 1시 30분에 방문했다면 증정품을 받을 수 있나요? _____

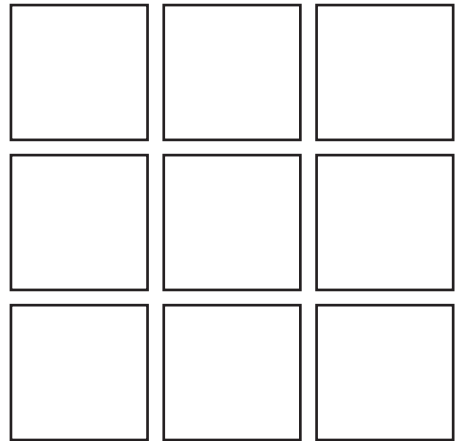
기억력

앞에서 기억했던 네모상자의 색깔 순서를 순차적으로 색칠하세요.

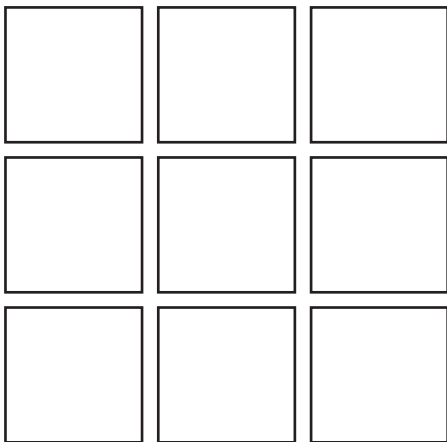
1



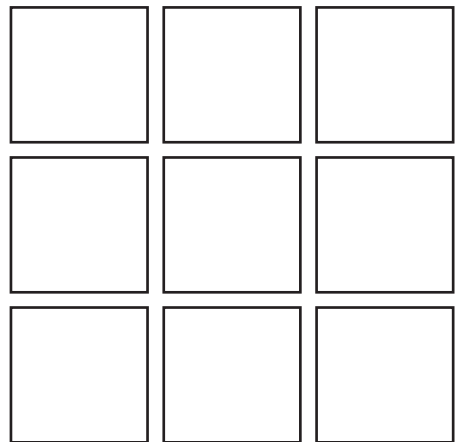
2



3



4



보기 단어를 모두 찾아주세요.

※ 가로, 세로, 대각선 방향을 모두 이용하여 단어를 찾아주세요.

보기

예약 / 주사 / 병원 / 보건소 / 백세인생
음악감상 / 공공기관 / 조기검진 / 등산합시다

플	J	로	천	젤	공	공	기	관	니	Q
산	곰	숨	오	비	다	팔	라	크	토	규
주	밍	타	콘	소	Z	인	인	L	르	펑
사	룩	탁	건	알	코	낙	임	롬	포	제
부	카	보	카	S	웨	티	예	약	프	위
흡	력	활	증	이	파	릭	렝	뿔	들	U
T	리	철	병	숨	갑	P	런	흡	노	뽀
빠	신	드	븐	원	릭	요	음	풍	력	블
V	힌	송	정	미	진	경	악	하	N	문
주	때	K	또	그	활	경	감	젤	기	니
곰	팔	크	토	규	탁	건	상	룩	웨	티
력	병	팔	빠	Y	갑	릭	W	규	백	롬
포	등	산	합	시	다	증	파	숨	세	븐
밍	미	경	인	엽	후	계	형	정	인	X
O	팔	공	통	얼	M	hing	젤	젤	생	렘
발	피	드	트	조	기	검	진	R	르	발

기억력

보기는 6개의 단어로 문장을 만들었습니다.

보 기

개구리 머리띠

시계 은행

친구 아파트

→ 개구리모양의 시계를 차고 은행을
가는데, 머리띠를 한 친구가 아파트
에서 나오고 있었다.

※ 다음 제시된 6개의 단어도 문장을 만들어 기억해 보세요.

제시 단어

모 자

가로등

커 피

바 람

은 행

강아지

잠깐!

※ 다음 페이지를 넘어가기 전에 아래의 내용을 꼭 수행하세요!

우리나라 해수욕장이나 산 이름 5개 이상 말해보세요.

예) 대천 해수욕장 / 수락산

낱말 퍼즐입니다. 가로와 세로에 대한 질문에 답을 적거나 말해보세요.

1		2			3		
		4	5				6
7	8				9	10	
	11						
					12		
13		14		15		16	17
		18			19		
	20				21		

1 가로 문제

1. 학교의 새학기가 시작하는 시기
3. 얼음판의 위
4. 총의 아랫부분
7. 날짐승의 먹이
9. 같은 길을 가는 사람
11. 마땅치 않게 여기는 나쁜 마음
12. 칠판에 분필로 글을 씀
13. 심경의 열을 푸는 환약
16. 과일이나 야채를 짜낸 즙
18. 싸움에 이긴 형세를 타고 계속 몰아침
20. 한글 자모 ‘ㄱ’의 이름
21. 실력 발휘를 못하고 저조한 상태가 길게 계속됨

2 세로 문제

1. 학생의 보호자
2. 지푸라기, 쓸모없고 하찮은 것
3. 얼음이 얼어 미끄러운 길
5. 사람의 목 위의 부분
6. 자질구레한 사무나 일
8. 마음과 마음으로 서로 뜻이 통함
10. 이리저리 몹시 바쁘게 돌아다님
13. 청하여 남에게 부탁함
14. 다른 노선으로 바꾸어 탈 수 있도록 마련된 역
15. 당면하고 있는 상황. 처지
17. 장식용으로 사용하는 얇은 천
19. 유리나 사기로 둥글게 만든 물건

기억력

앞에서 제시된 6개의 단어를 기억하여 문장을 만들어 보세요.

※ 단어는 순서와 상관없이 기억해도 괜찮습니다.

제시 단어

문장 만들기

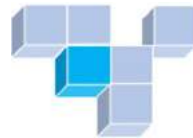
보기와 같은 모양의 도형을 찾아보세요.



보기



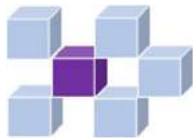
1



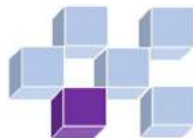
2



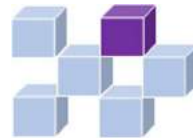
3



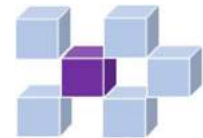
보기



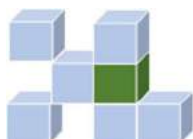
1



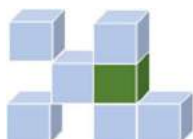
2



3



보기



1



2



3



보기



1



2



3

기억력

다음은 자음만 보고 해당되는 두글 자 단어를
생각나는 대로 모두 적거나 말해보세요.

보기

ㅁㅇ

마음

명의

미역

ㅅㄷ

수도

ㄱㅇ

경의

ㅂㄷ

바다

ㄷㅇ

동의

ㅇㅈ

의자

ㄱㄷ

고동

다음은 속담풀이에 대한 내용입니다.
빈칸에 알맞은 단어를 적거나 말해보세요.

1 _____ 에 붙고 _____ 에 붙는다.

2 _____ 한 마리가 온 _____ 물을 다 흐린다.

3 양반은 _____ 빠져도 개हे엄은 안 친다.

4 _____ 앞에 쥐 걸음

5 보리밭에 가 _____ 찾는다.

6 안되는 놈은 _____ 넘어져도 _____ 가 깨진다.

7 _____ 는 씨가 있어도 _____ 은 씨가 없다.

힌트

1	2	3	4	5	6	7	8
추렴	미꾸라지	도둑	웅덩이	뒤로	새	쓸개	오이
9	10	11	12	13	14	15	16
고양이	송늬	간	삼각산	물에	깃털	코	빈대

두뇌건강훈련

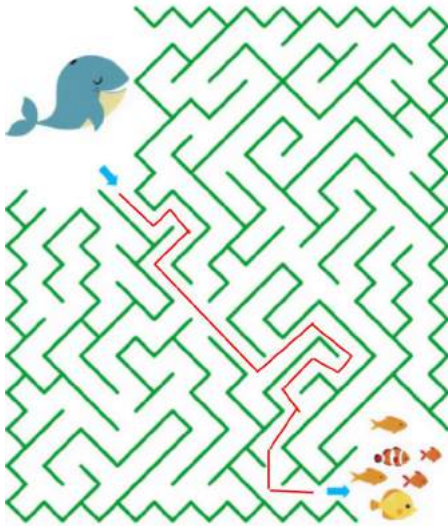
정답지

두뇌건강놀이책 2-세걸음 정답지

09p 주의집중력

실전1 정답 : 6개
실전2 정답 : 7개

11p 실행기능



12p 기억력



13p 주의집중력

1번 정답 : 12개
2번 정답 : 9개
3번 정답 : 21개

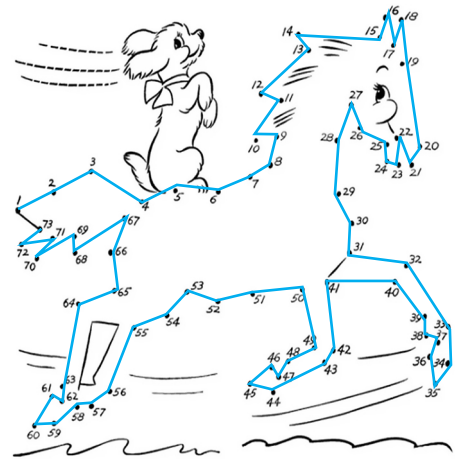
15p 실행기능

1번 정답 : 36,000원
2번 정답 : 95,000원
3번 정답 : 268,000원

16p 기억력

1번 정답 : 3번 대전
2번 정답 : 12,000원
3번 정답 : 15,000원(버스요금, 과자 구입)
4번 정답 : 3번 2시간

17p 주의집중력



19p 실행기능

공장, 공방, 장전, 장어, 냉전, 하의, 하청, 전하, 의장, 의전, 고장, 동공, 동전, 방전, 어장, 청동, 수고, 대장, 대어, 대전, 야구
(더 많은 단어가 있습니다)

20p 기억력

워싱턴, 유럽, 파리, 중국, 헝가리, 아시아, 동경, 이집트

25p 주의집중력

예시와 칠하기의 위치와 색깔이 같으면 정답입니다.

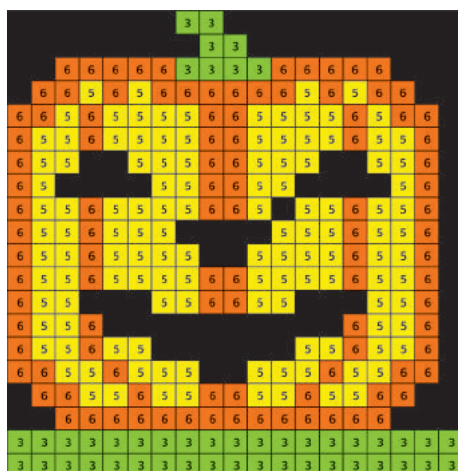
27p 실행기능

1번 정답 : 75,000원
2번 정답 : 36,000원
3번 정답 : 쌀밥정식 2개와 고등어구이 2개
이외 3만원 이내 음식을 계산해 보세요.

28p 기억력

1번 정답 : 4783
2번 정답 : 010-5891-3247

29p 주의집중력



31p 실행기능



32p 기억력

- 1번 정답 : 간호사를 보면 붉은 피와 건강한 소나무가 생각난다.
2번 정답 : 경찰을 보면 파란하늘 아래 곧게 뻗은 버드나무가 생각난다.
3번 정답 : 소방관을 보면 분홍 빛 뱀나무처럼 고마운 존재로 느껴진다.

※ 단어가 빠지지 않고 문장을 만들었다면 정답입니다.

33p 주의집중력

가	표	범	음	징	드	간	불	스	결
포	송	할	다	개	우	표	큰	옥	행
머	마	리	복	고	오	적	햄	수	하
내	빠	관	송	안	강	카	릴	수	시
끼	참	새	아	포	용	분	탄	등	감
및	잘	용	히	제	병	여	파	손	어
여	우	박	사	슴	회	사	인	권	고
사	너	자	화	갈	인	슴	애	치	구
히	김	어	토	슴	합	또	플	툼	마
사	보	마	호	키	초	인	뮤	플	해
공	토	태	래	송	독	수	리	권	파
팔	취	링	치	병	밍	월	입	빈	리

34p 기억력

- 1번 정답 : 기억나는 대로 친구나 동네 사람 이름을 쓰면 정답입니다.
2번 정답 : 친구나이와 고향을 쓰면 정답입니다.
3번 정답 : 장소를 정확히 말하거나 쓰면 정답입니다.

35p 실행기능



- | | | | |
|---------|----|----|----|
| 1번 정답 : | 1개 | 5개 | 1개 |
| 2번 정답 : | 1개 | 5개 | 2개 |
| 3번 정답 : | 3개 | 3개 | 3개 |
| 4번 정답 : | 2개 | 7개 | 1개 |
| 5번 정답 : | 2개 | 8개 | 2개 |

41p 주의집중력

- 1번 정답 : 하트 - 7개
2번 정답 : 웃는 얼굴 - 8개
3번 정답 : 사과 - 7개

43p 실행기능

- 한식 : 구절판, 된장찌개, 콩나물국밥, 김밥, 잡채, 불고기, 김치전, 보쌈, 국수
중식 : 팔보채, 짜장면, 탕수육, 간풍기, 짬뽕, 라조기
일식 : 초밥, 타코야끼, 가츠동, 우동,

44p 기억력

- 배드민턴, 양궁, 배구, 축구, 태권도, 조정

두뇌건강놀이책 2-세걸음 정답지

45p 주의집중력

정답 : 10개

(♣ 8 파 ✕ 📖 🍵 🍷 차 → 🍴)

47p 실행기능

1. 🍵 + ✕ = 14
2. ▶ + 🍷 = 7
3. 🍷 + 🍵 = 17
4. 🍷 + 🍵 = 47
5. 🍷 + 🍵 = 151
6. 🍷 + 🍵 = 202
7. 🍷 + 🍵 = 606
8. 🍵 - ▶ = 4
9. 🍷 - 🍵 = 32
10. ▶ - 🍷 = 14
11. ▶ - 🍷 = 152
12. ▶ × 🍷 = 14
13. ▶ × 🍷 = 138
14. 🍷 ÷ 🍵 = 8

48p 기억력

2번 - 군인 5번 - 요리사 1번 - 붓
4번 - 삽 6번 - 청진기 3번 - 과학자

49p 주의집중력

1번 정답 : 13개
2번 정답 : 10개

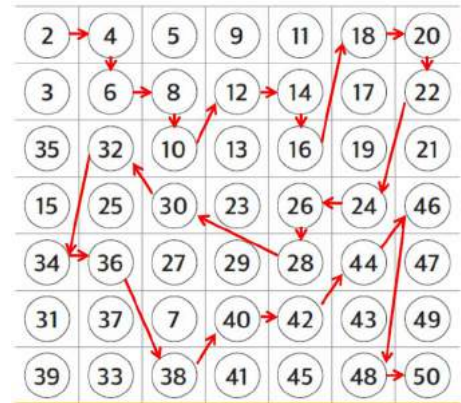
51p 실행기능

1번 정답 : 7가지(조미김, 당근, 우유, 마늘, 고구마, 만두, 참깨)
2번 정답 : 28,970원
3번 정답 : 21,030원
4번 정답 : 21,850원

52p 기억력

정답 : 현호, 2월 18일, 2시,
“시집가기 좋은 날 웨딩홀”

57p 주의집중력



59p 실행기능

1번 정답 : 35,000원
2번 정답 : 40,000원
3번 정답 : 오전 12시까지만 증정하기 때문에 받지 못합니다.

60p 기억력

1번 → 2번 → 3번 → 4번
순서대로 파란색을 정해진 위치해 칠해져 있으면 정답입니다.

61p 주의집중력

플	J	로	천	젤	공	공	기	관	니	Q
산	곰	슴	오	비	다	팔	라	크	토	규
주	밍	타	콘	소	Z	인	인	L	르	팽
사	룩	탁	건	알	코	낙	임	롬	포	제
부	카	보	카	S	웨	티	예	약	프	위
흠	력	활	중	이	파	릭	렐	뿔	들	U
T	리	철	병	숙	갑	P	런	흠	노	뽀
빠	신	드	는	원	릭	요	음	풍	력	블
V	흰	송	정	미	진	경	약	하	N	문
주	때	K	또	그	활	경	감	젤	기	니
곰	팔	크	토	규	탁	건	상	룩	웨	티
력	병	팔	빠	Y	갑	릭	W	규	백	롬
포	등	산	합	시	다	증	파	슴	세	븐
밍	미	경	인	엽	후	계	형	정	인	X
O	팔	공	통	얼	M	형	젤	젤	생	램
발	피	드	트	조	기	검	진	R	르	발

63p 실행기능

1 학	기	2 초			3 빙	상	
부		4 개	5 머	리	판		6 잡
7 모	8 이		리		9 길	10 동	무
	11 심	통				분	
	전				12 판	서	
13 청	심	14 환		15 입		16 주	17 스
탁		18 승	승	장	19 구		카
	20 기	역			21 슬	럼	프

64p 기억력

1번 정답 : 모자, 가로등, 커피, 바람, 은행, 강아지
2번 정답 : 6개의 단어를 조합하여 문장을
만들면 정답입니다.

65p 주의집중력

1번 : 1번 2번 : 3번
3번 : 1번 4번 : 2번

66p 기억력

ㅅㄷ : 수도, 수달, 사도, 순대, 소동 등
ㄱㅇ : 경의, 강의, 강요, 교외, 군의 등
ㅂㄷ : 바다, 보드, 반도, 배달, 반달 등
ㄷㅇ : 동의, 동요, 다음, 두유, 대야 등
ㅇㅈ : 의자, 인정, 요즘, 안장, 우주 등
ㄱㄷ : 고동, 구두, 간디, 구독, 고대 등

67p 실행기능

1번 : 간에 붙고 쓸개에 붙는다.
2번 : 미꾸라지 한 마리가 온 웅덩이 물을 다 흐린다.
3번 : 양반은 물에 빠져도 개해엄은 안 친다.
4번 : 고양이 앞에 쥐 걸음
5번 : 보리밭에 가 송충 찾는다.
6번 : 안되는 놈은 뒤로 넘어져도 코가 깨진다.
7번 : 오이는 씨가 있어도 도둑은 씨가 없다.

참/고/문/헌

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

세 · 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>