



VITAの脳トレーニング問題集は、富山県内各地に13か所ある脳トレクラブで活動中の皆さんから募集した問題を掲載しています。

時間をかけても大丈夫！日々の生活に脳トレを取り入れて、脳の若さを保ちましょう。



脳トレーニングの目的は、考えて脳を刺激する事です。答えがわからなくてもすぐにあきらめないでじっくり考え、別の日に再び挑戦するなど考える時間を増やし、楽しみながら努力して、全問正解を目指しましょう。 ※解答は8ページに記載してあります。

問題
1

長寿祝い

出典/おやべ脳トレクラブ

「長寿祝い」の問題です。A～Jをリストで埋めてください。

数え年

61 かん れき 還暦

+ 9 =

A こ き 古希

+ B =

77 C

+ 3 =

D さん じゅ 傘寿

+ E =

F G

+ 2 =

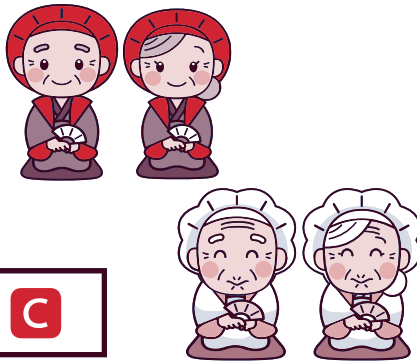
H そつ じゅ 卒寿

+ I =

99 J

+ 1 =

100 ひゃく じゅ 百寿



答え

A	E
B	F
C	G
D	H

I	J
---	---

リスト	
7	9
8	90
88	70
80	<small>き じゅ</small> 喜寿
<small>はく じゅ</small> 百寿	<small>べい じゅ</small> 米寿

問題
2

穴埋めひらがな

出典/上市つるぎ脳トレクラブ

縦・横に単語ができるように□にひらがな一文字を入れてください。

- | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| ① | お | ② | あ | ③ | き |
| お | | む | あ | | す |
| | | り | | | こ |
| | | | | | め |
| | | | | | |
| ④ | あ | ⑤ | あ | ⑥ | あ |
| お | | び | か | | ら |
| | | び | | | り |
| | | | | | り |
| | | | | | |

問題
3

穴埋め計算

出典/となみ野脳トレクラブ

□の中に数字を入れて計算式を完成させましょう。

- | | | | |
|-----------------|-----------------|----------------|-----------------|
| ① | ② | ③ | ④ |
| 9 + 8 + A = B | A + 5 + B = 25 | 7 + 8 = B | A + 4 = B |
| + | + | + | + |
| 5 | 4 | A | C |
| + | + | 3 | 6 |
| 7 | 8 | | |
| | | C + 5 + D = 35 | 28 + 9 - D = 18 |
| 33 - C + 4 = 21 | 7 + C - 4 = 24 | | |
| ① A B C | ② A B C | ③ A B C D | ④ A B C D |
| ⑤ | ⑥ | ⑦ | ⑧ |
| 6 × 5 - B = 12 | A + 9 + B = 25 | 2 + 6 = C | A × 4 = B |
| + | + | + | + |
| A | 3 | A | C |
| + | + | 8 | × |
| 16 | 6 | | 3 |
| 7 | D | | |
| | | B + 4 + D = 28 | 24 + 6 - D = 18 |
| 33 - C + 4 = D | 18 + C - 4 = 32 | | |
| ⑤ A B C D | ⑥ A B C D | ⑦ A B C D | ⑧ A B C D |

問題
4

数字を入れて地名を作ろう

出典/いみず脳トレクラブ

○に数字を入れて富山県の地名をつくりましょう。
また、数字の合計を計算しましょう。

例) ○ろべ → ⑨ろべ(黒部)

- | | |
|---------|---------|
| ① ふ○き | ⑤ い○じ |
| ② ○れは | ⑥ しゅ○まち |
| ③ かみ○ | ⑦ ○いかわ |
| ④ ○のうまち | ⑧ あ○くらじ |

数字合計 ()

問題
5

「木」がつく「ことわざ・慣用句」

出典/いきいき脳トレクラブ

空欄にリストの漢字を当てはめ「木」がつく「ことわざ・慣用句」にしましょう。

- ① □の□る□
- ② □も□から□ちる
- ③ □に□を継ぐ
- ④ □を□て□を見ず
- ⑤ □もおだてりゃ□に□る
- ⑥ □れ□も□の□わい

リスト

木 登 山
木 賑 見
木 金 豚
木 成 落
木 森 枯
木 竹 猿

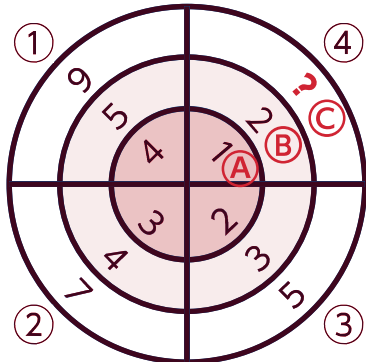
問題
6

?に入る数字は?

出典/おやべ脳トレクラブ

?に入る数字は何でしょうか?

(例題)

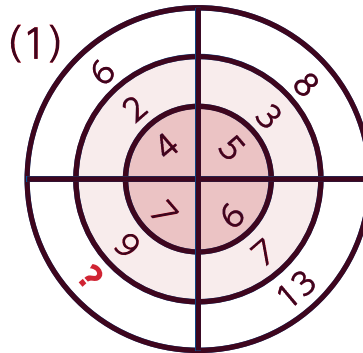


①と②を計算した答が③になっています。
計算は、+ - × ÷ のどれかです。
問題(1)~(4)の計算はそれぞれ異なります。

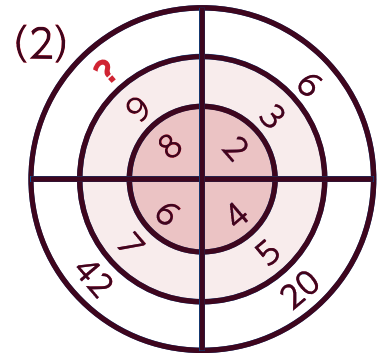
(例題の解答)

①~③が、 $A + B = C$ の
関係になっているので
④も同様に、
 $1 + 2 = ? = 3$ となります。

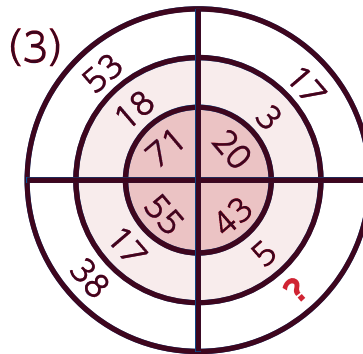
答 **? = 3**



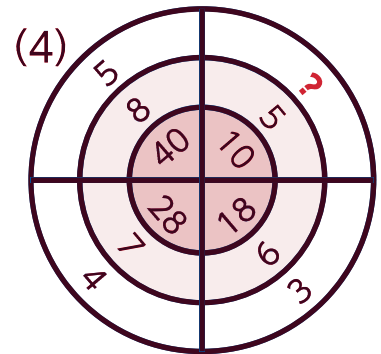
(1)



(2)



(3)



(4)

問題
7

答えは何色?

出典/富山いきいき脳トレクラブ

空欄に色を表す文字を入れ言葉を完成してください。

① たね □ □ し

② ふくぶ □ □

③ まう □ □

④ つか □ □ □

⑤ り □ □ くりく

⑥ □ □ びすかす

⑦ じょ □ □ ぐ

⑧ ち □ □ かつ

⑨ せんぞ □ □ □ □

⑩ □ □ りいか

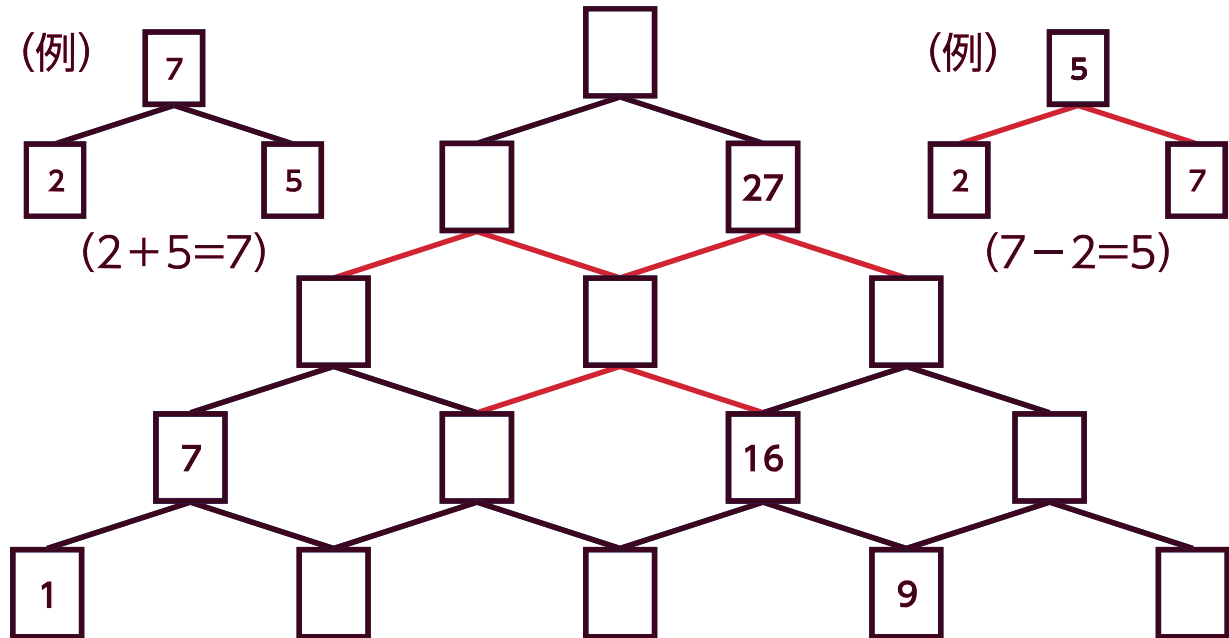
問題
8

計算ピラミッドに挑戦しよう

出典/脳トレ立山

下の例を参考に、計算し□の中に数字を入れて階段を登ってください。

＼は足し算です。／は引き算です。(大きい数字から小さい数字を引いてください)

問題
9

読解力

出典/となみ野脳トレクラブ

下の□に入った文字を並べ替えて、1月に関係のある言葉をつくりましょう。
但し、不要な文字が1文字混ざっています。

① か め の ゑ き

② う お に み ゑ

③ と し お さ ま だ

④ う ち よ さ ぎ は

⑤ み か ん も が ち

⑥ う で も か つ は

⑦ か ん し ん い い ね

⑧ ね が い ん よ う じ

⑨ い の せ ひ な ん じ

⑩ ね こ で ん は き え た

① _____

② _____

③ _____

④ _____

⑤ _____

⑥ _____

⑦ _____

⑧ _____

⑨ _____

⑩ _____

問題
10

同じ絵さがし

出典/いみず脳トレクラブ

干支の馬です、同じ絵を3種探してください。
また周りの数字で同じものを2種探してください。

87	71	80	95	79	85	98	88	78	89
93									75
90									77
77									74
94									91
97									99
76	72	83	86	92	81	88	96	73	84

問題
11

4文字熟語(春・夏・秋・冬)

出典/福岡いきいき脳トレクラブ

春・夏・秋・冬の文字が入った4文字熟語です。
□の中にいずれかの文字を入れて完成させてください。

- | | |
|--------|--------|
| ① 一日千□ | ② □日遅遅 |
| ③ □日可愛 | ④ □霜烈日 |
| ⑤ 小□日和 | ⑥ □炉□扇 |
| ⑦ 初□涼夕 | ⑧ □風駘蕩 |
| ⑨ □花□月 | ⑩ □□青青 |

問題
12

鳥を探そう

出典／いきいき脳トレクラブ

鳥が6羽います 名前をあててください。文字は一回ずつ全部使います。

う	と	う	と
す	る	ふ	ろ
わ	び	し	い
は	く	ぐ	つ

二文字の鳥

四文字の鳥

問題
13

世界の通貨

出典／氷見きときと脳トレクラブ

世界の通貨を調べてみました。空欄を埋めてください。

① アメリカ・カナダ

⑥ ロシア

② アルゼンチン

⑦ ウォン

③ ブラジル レアル

⑧ タイ バーツ

④ ドイツ

⑨ パキスタン ルピー

⑤ ポンド

⑩ 中国

問題
14

共通の文字を探そう

出典／脳トレ立山

下の1～12の其々の□の中に、縦と横に言葉が出来る、共通のひらがなを1文字入れて言葉を完成させてください。

① せ
と □ い
ん

② い
も □ か
か

③ て
お □ け
き



④ ひ
く □ ま
ね

⑤ う
き □ こ
ぎ

⑥ せ
い □ り
り

⑦ き
み □ し
り

⑧ あ
た □ し
き

⑨ や
み □ ん
き

⑩ つ
ひ □ つ
き

⑪ か
き □ ろ
ろ

⑫ た
お □ ば
ば

県内脳トレクラブ一覧

市町村	名称	連絡先	市町村	名称	連絡先
氷見	氷見きときと脳トレクラブ	0766-74-1800	立山	脳トレ立山	076-463-3356
黒部	くろべ脳トレクラブ	076-432-6010	滑川	滑川キラリン脳トレクラブ	076-475-7000
砺波	となみ野脳トレクラブ	0763-32-0294	上市	上市つるぎ脳トレクラブ	076-473-9300
小矢部	おやべ脳トレクラブ	0766-67-8611	南砺	なんと脳トレクラブ	090-2120-3794
射水	いみず脳トレクラブ	0766-52-5190	魚津	脳鍛錬倶楽部 魚津	076-432-6010
富山	富山いきいき脳トレクラブ	076-438-0880			
高岡	いきいき脳トレクラブ	0766-21-7883			
	福岡いきいき脳トレクラブ	0766-64-5038			

解答

問題1: A 70 B 7 C 喜寿 D 80 E 8 F 88 G 米寿 H 90 I 9 J 白寿 問題2: ① つ ② き ③ の ④ わ ⑤ へ ⑥ ま

問題3: ① A-4、B-21、C-16 ② A-11、B-9、C-21 ③ A-5、B-15、C-12、D-18 ④ A-9、B-13、C-19、D-19 ⑤ A-12、B-18、C-30、D-7 ⑥ A-7、B-9、C-18、D-27 ⑦ A-6、B-8、C-8、D-16 ⑧ A-1、B-4、C-23、D-12

問題4: ① 4 (ふしき) ② 9 (くれは) ③ 1 (かみいち) ④ 3 (さんのおまち) ⑤ 9 (い<U>じ</U>) ⑥ 5 (しゅごまち) ⑦ 2 (にいかわ) ⑧ 4 (あ<U>くら</U>) / 数字合計37

問題5: ① 金、成、木 ② 猿、木、落 ③ 木、竹 ④ 木、見、森 ⑤ 豚、木、登 ⑥ 枯、木、山、鯉

問題6: ① 16 (A+B=C) ② 72 (A×B=C) ③ 38 (A-B=C) ④ 2 (A÷B=C)

問題7: ① あか ② くら ③ しろ ④ みどり ⑤ ちや ⑥ はい ⑦ ぎん ⑧ きん ⑨ だいたい ⑩ あお

問題9: ① かきぞめ ② おそらに ③ おとしだま ④ さざちよう ⑤ かかみもち ⑥ はつもちで ⑦ しんねんかい

問題10: (数字) 77、88 (絵)



問題11: ① 秋 ② 春 ③ 冬 ④ 秋 ⑤ 春 ⑥ 夏、冬 ⑦ 秋 ⑧ 春 ⑨ 春、秋 ⑩ 冬、夏

問題12: 二文字の鳥 / はと、とび、こゝろ、わし 四文字の鳥 / ふくろう、ういす

問題14: ① け ② な ③ さ ④ る ⑤ な ⑥ ろ ⑦ こ ⑧ に ⑨ し ⑩ み ⑪ い ⑫ ち

