



# 脳トレ

Vol.13 折り紙編

## 大人も子供も楽しめる!折り紙

頭と指先をよく使い、年齢を問わず楽しめる折り紙は、今注目の脳トレアイテムです。

考えて、折って、楽しむうちに、脳の司令塔である前頭葉を中心に、脳の広い領域を活発に動かしてくれます。

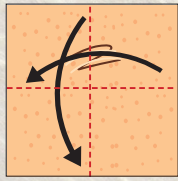
【監修：川崎幸病院 リハビリテーション科 作業療法士 池田拓広】



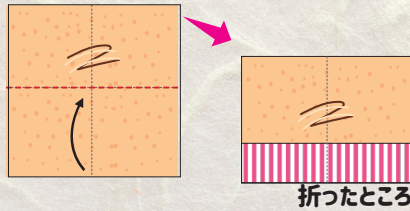
### 今回のテーマ：カップケーキ

折り紙

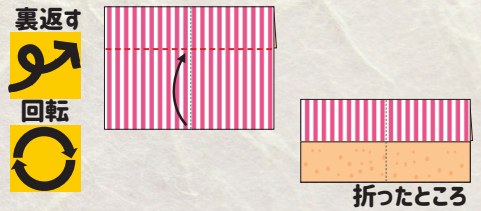
**1** ケーキになる面を上にして、縦、横半分に折りすじをつけます



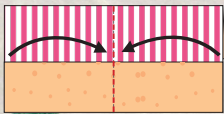
**2** 中央の折りすじまで折り上げます



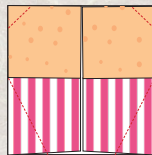
**3** 裏返し、上下反対にして中央の折りすじまで折り上げます



**4** 中央の折りすじまで左右折ります



**5** 上下反対にして赤線部分を中心に向かって折ります



### 完成見本



上手に折れたらカップケーキにソースがかかっているわ!

右図のトッピングで自分好みのカップケーキも作ってみましょう!

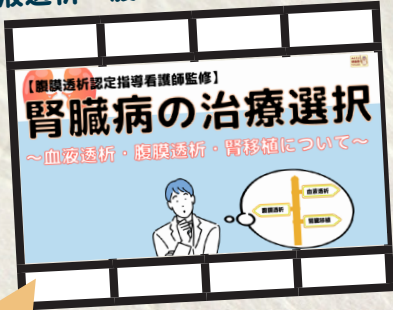


切り取り線

『みんなの健康塾ちゃんねる』では、  
皆様の生活に役立つ健康・医療情報を  
無料で配信しています！



【腹膜透析認定指導看護師監修】  
腎臓治療の選択  
～血液透析・腹膜透析・腎移植について～



レシピ



お役立ち

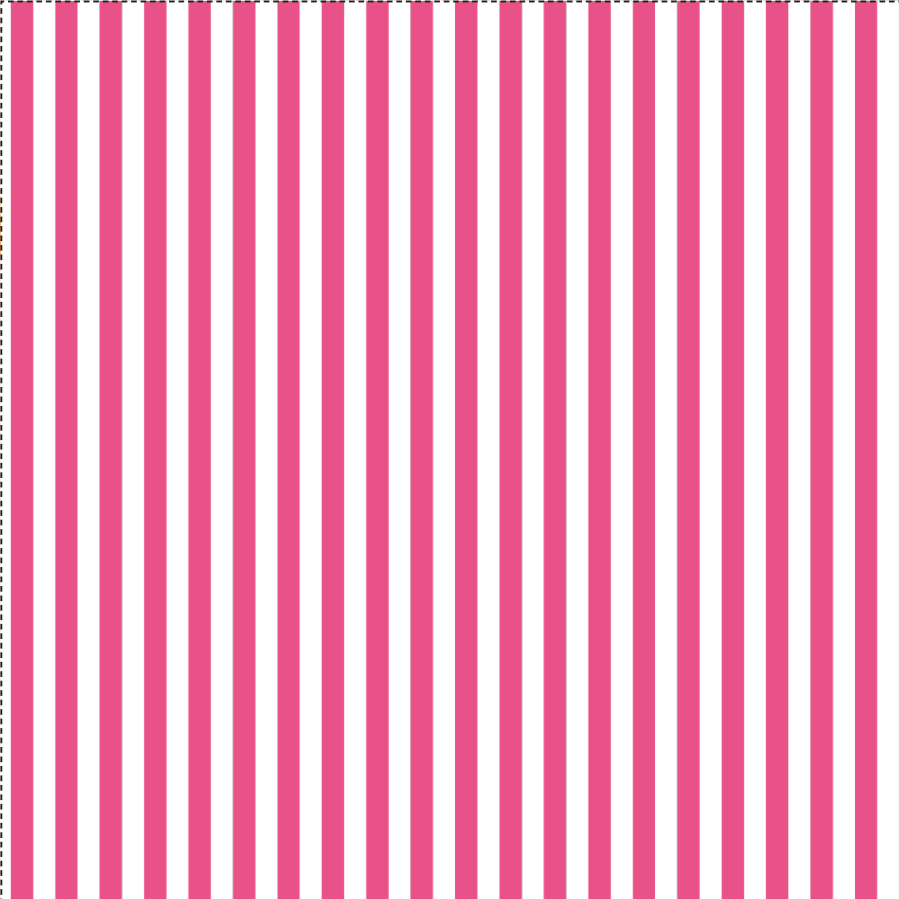
【臨床心理士監修】  
子どもの上手なほめかた・しかりかた

動画

LINE・インスタもフォローしてね！



他にもいろいろな  
コンテンツがあるよ！



切り取り線

アレンジ ver.



両面折り紙になっている柄違  
いのもので作ってみたよ！いろん  
な色で作ると楽しくできるね♪



みんなの健康塾ちゃんねる

© みんなの健康 2021.11.1