



みんなの健康塾ちゃんねる

フクスケ脳トレ



Vol.31 ナンプレ編

ナンプレルール

- ① 横一列に1～9の数字をあてはめます。ただし、同じ数字が入ってはいけません。
- ② 縦一列に1～9の数字をあてはめます。ただし、同じ数字が入ってはいけません。
- ③ 9マスのボックス内に1～9の数字をあてはめます。ただし、同じ数字が入ってはいけません。

初級編

MEMO

4	5	8		6		3	1	
7		2	3	1	5		6	
1	3		4		9	7	2	5
8	4		1	9		6		2
6		3	2		4		8	7
9		7	8		6	5	4	1
	7	1		2	8		5	6
		9		4		2	7	
2	6		5	7	3	1		8



中級編

MEMO

3			4	5		7	6	
	6	4	7		2			5
		5				4		
	5		3	7				
2				8	9	6		1
1	9	8	2				7	3
	3	2		4		1	9	
9		7	6		3			4
				2	7	8		



フクスケ脳トレ

Vol.31 ナンプレ編

答え

初級編

4	5	8	7	6	2	3	1	9
7	9	2	3	1	5	8	6	4
1	3	6	4	8	9	7	2	5
8	4	5	1	9	7	6	3	2
6	1	3	2	5	4	9	8	7
9	2	7	8	3	6	5	4	1
3	7	1	9	2	8	4	5	6
5	8	9	6	4	1	2	7	3
2	6	4	5	7	3	1	9	8

中級編

3	1	9	4	5	8	7	6	2
8	6	4	7	9	2	3	1	5
7	2	5	1	3	6	4	8	9
4	5	6	3	7	1	9	2	8
2	7	3	5	8	9	6	4	1
1	9	8	2	6	4	5	7	3
6	3	2	8	4	5	1	9	7
9	8	7	6	1	3	2	5	4
5	4	1	9	2	7	8	3	6



あなたは解けましたか？
ゲーム感覚で脳を鍛えましょう！

『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！

みんなの
健康塾
ちゃんねる



動画



食道がんの話

お役立ち



心臓の健康を守るための
カテーテル治療

レシピ



骨粗しょう症予防のための
骨太レシピ



他にもいろいろな
コンテンツがあるよ！

LINE・インスタもフォローしてね！

