



グループ通信

発行／ふれディアグループ本部 編集部
〒351-0022 埼玉県朝霞市東弁財1-3-4
朝霞台駅前ビル8F

全国相談窓口 ☎0120-116-017

こんにちは、ふれディア通信編集部です。すっかり秋も本番、皆さんお元気でお過ごしでしょうか？ さて、2021年10月には、これまでの10月とは違う特徴があります。それは何かというと、「祝日」。オリンピックの影響で10月の第2月曜日「スポーツの日」が7月に移動したので、**今年の10月は祝日がありません！** 平日勤務の人や学生さんからすると、「祝日がない月」はがっかりしてしまいますよね。とはいえ、10月は気候もよく過ごしやすいので、猛暑や極寒の中を通勤・通学するストレスはありません。上手に気分転換しながら、楽しく過ごしましょう。先日のオリンピックでは、スケートボードで日本史上最年少メダリストになった西矢椛選手が、アニメ「ラスカル」の曲について話していたと話題になりました。また、飛び込みの金メダリスト、トーマス・デーリー選手（英国）も、編み物をする姿が広くメディアに取り上げられています。「音楽を聴く」「手先を動かす」といった行為は、世界的なスポーツ選手にとっても効果的なリフレッシュ方法なのでしょう。スケートボードや飛び込みは、なかなか気軽に始められることではありませんが、音楽を聴いたり物づくりをしたりするのは、年齢やスキルを問わず、誰でも思い立ったときに始められます。編み物のように、無心で集中できる行為は、アレコレと考え事をしてしまいがちな秋の夜にもぴったりですよ。 「編み物はちょっと…」という方は、ジグソーパズルや知恵の輪などにチャレンジしてみるのもいいかもしれません。大人の脳トレにも効果的だそうですよ。ところで、日本に「世界最難易度」を目指したという桜のパズルがあるのをご存じでしょうか。このパズル、なんと**15ピース**しかないそうなんです。たった15ピースなのに世界最難易度とは、一体どういうことなのでしょう。ステンレスで作られた精緻なジグソーパズルは、「**どんなピースにもはまってしまうけれど、正解はひとつ**」なんだそう。だからこそ、ぴたりとはまったときの嬉しさはひとしおだとか。四角形以外のジグソーパズルや、立体パズル、コンピューター上で遊ぶパズルなど、今はいろいろなパズルがありますから、秋の夜長、童心に返って遊んでみてはいかがでしょうか？

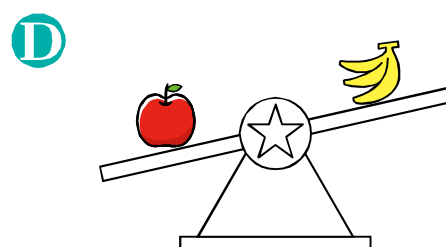
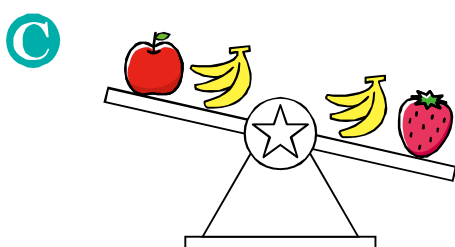
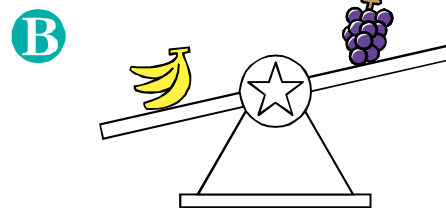
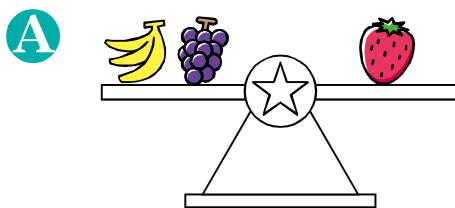
ふれディア通信編集部



“脳トレコング”で脳年齢を若く・脳を活性化!

果物のシーソークイズ! 2番目に重い果物は?

次のA～Dのイラストをヒントに、**2番目に重い果物**は何か推理してみましょう!



“解答”は他のページに載っています。答えがわかるまでじっくり考えることが脳の活性化につながります!