

記憶力UP (解答)

～ 地図ゲーム ～

長野市フレイル・認知症予防

きらり☆脳力UPプログラム



1 飯綱町 2 飯山市 3 池田町 4 大町市 5 小川村 6 小谷村
7 小布施町 8 木島平村 9 栄村 10 坂城町 11 信濃町 12 須坂市
13 高山村 14 千曲市 15 中野市 16 長野市 17 野沢温泉村
18 白馬村 19 松川村 20 山ノ内町 (五十音順)

長野県の地図を見ながら、市町村名を思い出し、書いたり、言ったりして、記憶力を使います。

北部エリアに挑戦してみましよう。

一人でも何人かでもOKです。
それぞれの市町村で有名な観光地や食べ物等も思い出し
てみましょう。