

あれなんだっけ？

物の名前を思い出してもらう認知症予防レクです。



ジャンル 認知症予防 ゲーム

身体面への効果 指定されていません

精神面への効果 指定されていません

介護度 要介護度3 所要時間 15～30分

性別 男性  女性  どちらも好評です 人数 2人～

道具 (一人当たり予算0円)

写真や物品、雑誌等でも可

注意点・追加ルール

期待効果 認知症予防の脳トレ
物を見ようとする時、眼球運動と視力トレーニングになる

1 1つのテーブルの前に利用者の皆さんに集まってもらいます。イスでも床でもかまわないので座っていただきましょう。

2 身近な道具や物の名前をわかった人に叫んでもらいます。
簡単なものからでいいんです。認知症予防は身近なものを思い出すことから始めなければなりません。

3 時計、電話、本、コップ、歯ブラシ、花、野菜等
実際に用意できない時は写真をそのまま見せるか拡大コピーして見せてあげましょう。
間違えても発言する元気があればいいのです！

4 出身地によって言い方やイントネーションが違うものもあるので、事前に利用者の出身を調べて話を振るのもいいでしょう。

5 時間制限を設けて、10秒以内に答えられたら得点を与える等して、競争心を燃やすこともできます。
これなら題材の用意は必要ですが、毎日少しの時間でもいいのでできます。

6

以前出たお題も少し時間を空ければ、施設によっては新鮮な反応になる場合もあるのでそれでも認知症予防になるので、続けてあげることが何よりもの予防策だと私は考えています。