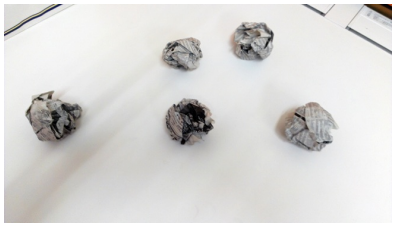
テーブル宝探し

テーブルの上で宝探しをしていただきます。
いくつかのパターンを挙げてご紹介するので、あとは工夫されればいくらでもやり方があるレクです。



ジャンル	認知症予防　机上レク　イベントレク　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2　　所要時間　１０～３０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) 新聞紙 または チラシ 白い紙(縦横5cm)
注意点・追加ルール	手が汚れる恐れがあるので、レクをした後は手を洗ってください。
期待効果	利用者の方達が楽しんでできるので笑顔が絶えない。 机上ですから車いすの方も、片麻痺の方にもできるレクです。

crea-coco 介護レク村MARKET

1

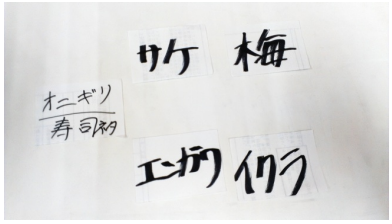
あくまでも枚数は参考程度にお考えください。施設や参加人数によって調整が必要です。(以下の説明は２～３人を想定しています。)

2

白い紙に当たりと書いたもの３枚。ハズレと書いたもの１７枚を用意。それを新聞紙やチラシでくしゃくしゃの玉のように包む。こうすることで中が見えません。

3

曲がなり始めたら一斉に新聞紙を開いて、当たりを探します。曲がなり終わるか、全て開き終わったら集計。
当たりの多かった方かチームが勝ちとなります。



4

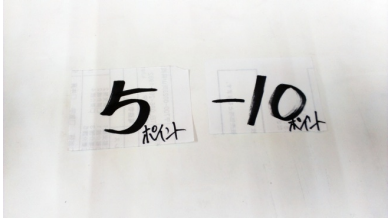
以下、応用。
１
お寿司のネタやおにぎりの具を書いたものを用意。(同じ名前のものを複数個)
曲が鳴る前に当たりのネタ・具を発表します。そのネタ・具を探すレク。

5

２
カレーライスの中身「玉ねぎ、にんじん、ジャガイモ、お肉、カレー粉」等を書いた紙を用意。
早く全ての具材カードを集めた人の勝ち。その日の献立のカードを作るのもいいでしょう。

6

３
ポイントの書かれたカードを用意。プラスやマイナスをして、最終的に得点の高かった人が勝ち。
マイナスされたくなくて、途中で開かないという選択肢もあるので、曲が終わったら集計する。



crea-coco
介護レク村MARKET
an open marketplace for care recreation