

# 大衆新聞輪送り

参加者全員で協力して新聞輪をリレーするレクです。



ジャンル 運動機能改善 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 約10分

性別 男性  女性  どちらも好評です 人数 5人以上

道具 (一人当たり予算0円)

新聞紙、はさみ、セロハンテープ

注意点・追加ルール

期待効果 下肢の運動機能改善効果

1

新聞紙を切って細長い新聞紙を作ります。それを丸めて輪っかにしてセロハンテープで留めましょう。それだけで新聞輪の完成です。



2

参加者は円になるように椅子に座ります。足だけを使って新聞輪を隣の人に渡します。

3

受取る方も足しか使ってはいけません。破れないように気を付けて行います。

4

破れてしまったら人数を記録して、破れたところからスタートします。先ほどの記録を敗ることを目標にして行えば、やる気も出てきます。

5

応用編として、新聞輪を複数用意し、反対周りで送ってみましょう。1か所に集まった時にどうやって回避するのか！？

6

得意な人の元を集めて、足をクロスさせて渡すのも一つの方法です。  
2つ同時に逆方向からも流したパターンもお試しあれ。

7

ちなみに輪は地面についてもいいです。疲れてしまって転倒してしまわないように気を付けて行いましょう。