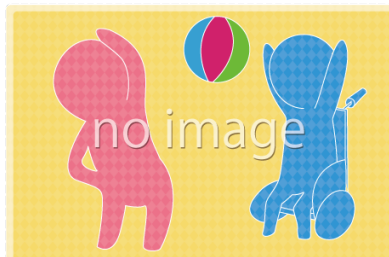


# 縄結び

全員で協力して縄を早く結んだチームが...それだけではなく過酷なルールが待ち受けています。



ジャンル 運動機能改善 イベントレク

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 15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)

ロープ(綱引用の綱でもいいですが、太すぎるのでそれよりも細いもの)

注意点・追加ルール

期待効果 指の運動。集中力が増します。

1 全員で縦一列に並びます。  
複数のグループで行ってもいいです。

2 最初の人に縄を渡します。片結びをして次の人に渡します。全員が片結びできたら職員さんの元に持っていきます。

3 利用者さんには早く結び目を作れたら勝ちとでも言っておきましょう。  
しかしそこには落とし穴があります。

4 「できた結び目を順番にほどいてください」  
そうです。ほどきにくい片結びのものを順番にほどいてもらうのです。

5 チーム対抗ならば、早くほどき終わったところの勝ちです。  
1本しかないので同時にすることもできませんしね。

6 個人戦の場合、小さい紐を用意して片結びを3～5個作ってもらいます。  
職員の方は確認し、軽く引っ張って結びを強くしてから渡します。

7 最初に結んでも、ほどけないと勝ちにはなりません。  
結ぶ場所も考えて行わないと大変なことになります。

8 紐の長さに応じて結び目の数を設定してください。  
2人1組で2つずつ結び目を作ってペアで競わせてもいいでしょう。  
ほどくのも交代ですよ？