

# 簡単！トランプタワー～

普通、トランプタワーって立てかけて作りますよね？  
 高齢者がするとなると、なかなかできない人が多いです。  
 ですが、このやり方ですと  
 簡単にトランプタワーを作ることができます。



**ジャンル** 認知症予防 机上レク 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** 20分

**性別** 男性  女性  どちらも好評です **人数** 1人～

**道具** (一人当たり予算0円)

- ・トランプ(無ければ「添付シート」使用)
- ・使い古しの封筒(一組に4～5枚あった方がいい)

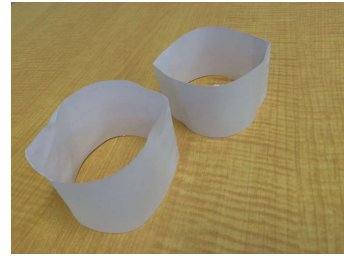
**注意点・追加ルール** 一度に置くトランプの枚数を1～3枚に増やす。3枚までなら好きな枚数重ねてOK。

制限時間内に10段作ってください。と条件付で作成するのも楽しいです。

**期待効果** バランス感覚を鍛えることができます。

1

準備：使い古しの封筒を2～3cmの輪切りにしてください。  
重ねる分だけ必要なので、封筒はたくさんあるといいですね。



2

まず1つ輪を置きます。その上にトランプを置きます。



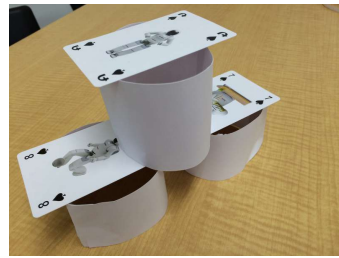
3

さらにその上にトランプを置いていきます。

一人でいくつ積み重ねられるか記録に挑戦してもOK！  
皆さんで誰が一番高く作れるかを競うのもOK！



4 置き方を変えてみたり。。



5 高さを変えた変則サイズも盛り上げりますよ。

