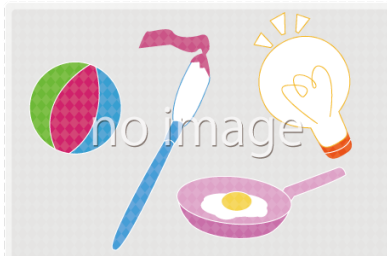


3のつく数字と3の倍数の時にアホにはならないけど...

グループプレクですが、3の倍数人で行うとその人達ばかりが対象になるので、グループ人数が3の倍数にならないように気を付けてください。



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)

注意点・追加ルール

期待効果 口腔ケア。脳トレ。

1 輪になって座り、じゃんけんをして勝った人からスタートします。

2 順番にリズムよく数字を数えます。1、2...3の倍数や3のつく数字の時は言わずに手を叩きます。

3 言ってしまったたり、別の時に叩いてしまったらアウトです。
アウトになった人から再スタートしましょう。

4 ある程度慣れてきたら、皆で手を叩いてみましょう。
Aさん「1」、Bさん「2」、Cさんの番で皆で手を叩く、Dさん「4」という具合に、
Cさんの番は飛ばします。
全員で息が合うまで続け、100までできるようにがんばりましょう！