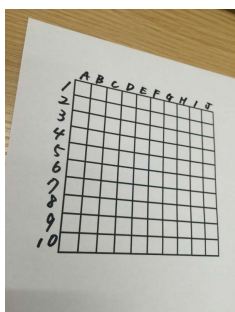


# 10 × 10 の宝探し

縦横 10 × 10 マスの用紙を使って宝探しをします。ビンゴゲームのような内容です。運の要素も入るレクです。



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 ~ 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)

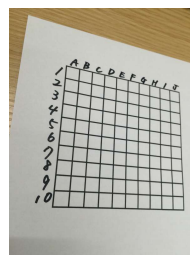
10 × 10 マスに区切った用紙 (添付シートを使ってね) とペン

注意点・追加ルール

期待効果 脳トレ。コミュニケーション。上手く見つければ達成感を得られます。

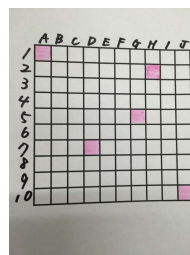
1

10 × 10 マス目に区切ってある用紙を用意します。  
縦に1 ~ 10を横にA ~ Jを書き入れます。



2

試しに最初は下記のルールをご利用ください。  
まずスタッフが  
【100マスの中に20個の'宝'を埋めます】  
'お宝'は色や や 等のマーク(シールもいいです  
ね)をつけましょう。  
この時にお宝の場所が利用者に見られないようにし  
てくださいね。



3

ではレク開始!

利用者さんに順番に「1 ~ 10までの数字」と「A ~ Jまでのアルファベット」を言って  
もらいます。

1 - A!

10 - J!!

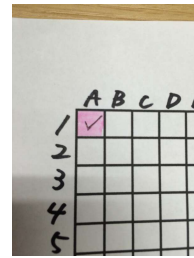
1 - A と言われたら、スタッフが一番左上のマスをしめます。

10 - J なら一番右下のマスをしめます。

4

1 - Aが見事に 'お宝' でした！  
「〇〇さん 1お宝ゲット！！」

という流れで盛り上げていきます。



	A	B	C	D	E
1	✓				
2					
3					
4					
5					

5

利用者の発表回数を決めておいて、最終的にお宝に当たった数の最も多い方が優勝！

または、宝のマスにはマークではなく点数を記載して合計点を競うのもあり！

6

宝の設定や、勝敗形式を毎回変えましょう。

簡単なお宝景品などもあったら更に盛り上がりますよね。

7

アルファベットを言ってもらうのが難しかったら両方数字でもOK！

色々アレンジして楽しんでください！