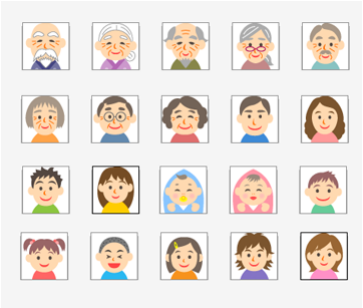
「自分」から見た家系図を書こう！

回想法を使った楽しいレクです。
認知症の方にもそうでない方にも脳へのアプローチとなります。



ジャンル	認知症予防　机上レク
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　１回３０分くらい
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) ホワイトボード 紙と書くもの
注意点・追加ルール	目が見えづらかったり、書くことが難しかったりするかたも、おられることと思います。 ケースにより、スタッフが手伝う等の工夫は必要。

	思い出話をするように、ゆったりと 行うのがいいと思います。
期待効果	回想法を使うことにより、認知症の方にもそうでない方にも脳へのアプローチとなることが期待できる。

1

まず、サ〇エさん家の家系図を書きだし、それについて皆で考えてみる。

2

次に、利用者さんそれぞれの家系図を書きだしてみる。この時、ご自分のご両親や、子供、孫の顔を思い浮かべながら名前を書いてもらう。
※書けない方はスタッフがフォロー