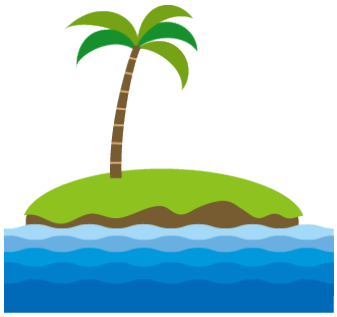
ころりんボール

施設にある新聞紙や広告紙を利用した、ゲーム性のあるレクです。
達成感や挑戦する気持ち、集中力の向上に役立ちます



ジャンル	運動機能改善　イベントレク　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分くらい
性別	男性　女性　どちらも好評です　人数　3人～
道具	(一人当たり予算0円) 新聞紙 セロハンテープ
注意点・追加ルール	
期待効果	集中力アップ

1

床に置いた広告紙（新聞紙でもなんでも）の上に新聞で作ったボールを転がすゲームレクです。
集中力が必要ですよ。

2

まず、新聞紙でボールを作ります。大きさや形は適当に。利用者さんそれぞれ個人で作ってもらい、マイボールにしてもらっても良いかと。

3

利用者さんから少し離れた位置に的となる広告紙を置き、自由に的のラインを書き込みます。それを島と呼ぶか、池（アウト）と呼ぶか、都度アレンジしてください。

4

利用者さんに順番に的めがけて転がしてもらいます。
的の枠内（島）にとどまればOK！
逆に枠（池）に入ったらアウト！などなどルールはご自由に。

5

パターゴルフのホールのようにしても良いです。段ボールなどで少し段差をつけて広告紙に穴をあけて、うまく穴にいけばストンとボールが落ち、爽快感を得られます。
また、チーム制などにしても盛り上がりますよ。

6

勝った方（チーム）への表彰式も忘れずに。