

ハンカチ遊びレク

どちらが先に取れるでしょうか？

反応力や集中力が必要な遊びです。



ジャンル 運動機能改善 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 15分

性別 女性  好評です 人数 2人～

道具 (一人当たり予算0円)

ハンカチ
タオルなど

注意点・追加ルール

期待効果 反応力や集中力の向上に役立ちます。
また、ハンカチを豊んでもらえば、手指の運動になります。

1 利用者さんたちはそれぞれ二人ペアになって向い合せて座って頂きます。
膝をくっつける形にします。

2 膝と膝の真ん中にハンカチをヒラリと置きます。
お互いの両手は頭の後ろで組んでもらいます。難しい方は胸の前で組んでもらいましょう。

3 職員の ' よーいはじめ ' の合図と同時に膝上のハンカチを先にとった方が勝ちです。

4 別ルールとして、ハンカチをそれぞれの膝の上に一枚ずつ置き、 ' よーいはじめ ' の合図でハンカチを取り、四つ折りに畳んで先に机に置いた方が勝ちというパターンもあります。

ハンカチだけではなく、タオルやTシャツなどでも良いです。
色々試してみてください。