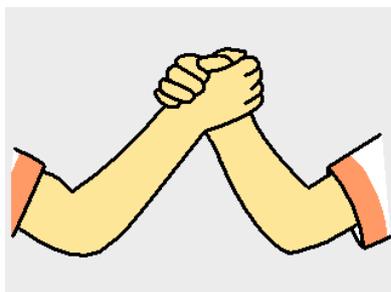


どすこい！手作り腕相撲マシーン

ゲームセンターにある、腕相撲ゲームを手作りしてみました。

特に男性に好評なレクです。



ジャンル 運動機能改善 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 1試合3分

性別 男性  好評です 人数 1人～

道具 (一人当たり予算0円)

- ・お相撲さん用段ボール
- ・マジック
- ・テーブル

注意点・追加ルール ケガに注意してください。

期待効果 上肢運動効果。

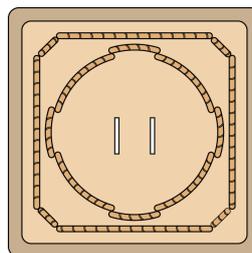
1

お相撲さんの制作：
大き目の段ボールにお相撲さんの絵をかき、顔の部分
と腕の部分を切り抜きます。



2

机の上に土俵っぽいイラストを描いた紙などを置くと雰
囲気があがります。



3

あとは、利用者さんひとりずつと勝負！
行司役も一緒に盛り上げてくださいね。
相撲の音楽もあれば尚良いかと思います。

4

腕に自信のある利用者さんは、お相撲さん役になっていただいても良いですね。