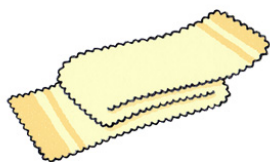


タオル投げ選手権

思いっきり投げてもらいましょう。

遠くへ飛ばすだけでなく、

運動機能向上レク。



ジャンル 運動機能改善 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3 所要時間 30

性別 男性  女性  どちらも好評です 人数 5人以上

道具 (一人当たり予算0円)

施設のタオルか手ぬぐいを4～5本

注意点・追加ルール

期待効果 運動機能向上。
集中してもらうことで脳への刺激効果があります。

1 タイトルとおり、
タオルを投げて競っていただくレクです。

2 施設のタオルや手ぬぐいなどの片端のみ縛ります。
それを利用者に順番に、もしくは数名同時に投げてください、飛距離を競います。

3 飛距離のみならず、何かに当てるだとか、ラインを引いてそこに近い人が勝ちとか、アレンジはいくらでも可能かと思います。

4 参加していない利用者への配慮や、施設の備品にあてられないような段取りを滞りなく。