

# 新聞で脳トレ

新聞紙を使って脳トレをします。

2種類のレク全てに新聞紙を使います！



ジャンル 認知症予防 机上レク ゲーム

身体面への効果 手指の運動

精神面への効果 思考力の向上 認知力の向上 創意工夫 競争心を養う

介護度 要介護度2 所要時間 各10～15分

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)

新聞紙、はさみ、ペン

注意点・追加ルール

期待効果 脳トレによる認知症予防

1

「新聞穴あけ」

新聞紙1枚の半分を使います。それを4つ折りにします。その状態で折り目が重なった角を円形にちぎります。

広げると穴が1つ開いた新聞紙ができます。

2

では、問題です。穴が4つ開いた状態にするにはどこをちぎれば良いのでしょうか？

と、利用者さんに問題をだしてください。

正解は、3回折ってから切ると穴が3つ開きます。あとはどこか1か所だけ切れば4つになります。

これは工夫によって様々な形にすることができますので、創意工夫をして挑戦してください。



3

「言葉遊び」

新聞紙を1人に1組渡します。お題を与えて、新聞紙に書かれている内容とマッチしたものを見つけた人の勝ちです。見つけた時、ペンで印をつけてもらいましょう。

お題は様々なパターンがあります。いくつかご紹介させていただきます。

4

3文字の言葉を探す。文字と指定して、制限時間内にたくさん見つけた人が勝ちです。

夏に関する言葉。4回はできますね。

食べ物、数字、自分の名前漢字をパーツ毎に。

5

いつの間にか新聞も読んでいるので、普段読んでいない人も自然と読むことができます。  
普段読んでいる人からすれば、得意なレクになります。