

# 逆さかるた

1人読み手を決めて(職員さんでもいいです)、かるた取りを皆でします。普通にしないで、アレンジをすると普段の倍以上の脳トレ効果があるかるたができます。



ジャンル 認知症予防 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 30分

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)

かるた

注意点・追加ルール

期待効果 脳トレによる認知症予防

1 かるたの読み札を逆から読みます。これは比較的簡単です。何故なら最後に読まれた単語を探せばいいのです。

2 普通に読むかるたを何度か挑戦し、覚えてもらった頃にするといいです。

3 更に、最後の文字だけを読まずにすると少しトレーニングになります。

4 もう一つ、百人一首でもできます。同様の工程で行いましょう。