

# 背中を通ったのだから？

多人数でプレイするレクです。背中の間隔を研ぎ澄ませて行います。  
車いすの方も参加できるので、是非ご活用ください。



ジャンル 運動機能改善 介護予防 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 1人5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)

## 注意点・追加ルール

期待効果 背面の間隔強化。  
聴力機能改善。

1 代表者を1人選びます。背中を壁と反対に向けて立ち、目をつぶります。

2 他の人は「だーれだ？」や「だれでしょうか？」と言いながら近づいて離れていきます。  
そのうち1人が代表者の背中にタッチします。

3 誰がタッチしたか背中感覚と、声で判断します。  
タッチする場合は、触る前か後に必ず「だれでしょうか？」と言いましょう。

4 他の人はその様子を見ながら「だれでしょうか？」等と声掛けをします。  
ただし、タッチする時は代表者とタッチする人の近く(半径1mくらい)には他の人がいてはいけません  
離れたところから声をかけてください。

5 いつ触られるかわからないため、気を張って声を聞き分けていなければならないので  
集中力が増す良いリハビリになります。

6

立てない方や車いすで背中を晒せないような方を代表者にする場合  
手を握ってあげるか、肩に手を置くなど工夫するれば行うことができます。

7

難聴の方は、手を握る感覚を覚えてみましょう。  
目をつぶった状態で握手をして誰かを当てるのも指先の神経や脳への伝達神経へのリハビリになります。