

鏡文字

鏡文字を書きましょう。



ジャンル 認知症予防 机上レク

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日15分程度

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)

紙とペン

注意点・追加ルール

期待効果 脳トレをすると認知症の予防効果があります。
日々続けることも大切です。

1

紙に書くお題を発表します。発表されたお題を鏡文字になるように書き出します。最初はわかりにくいので、隣に見本の文字を置いて行います。

2

数日したら、何も見ないで書くようにしてみます。漢字がわからない場合は、平仮名やカタカナでもいいですし、わからない漢字だけ見本を見せましょう。

3

見本を見なくなるときの最初の段階として、自分の名前を鏡文字にしてもらいます。これなら見本を見せる必要もありません。