

パタパタうちわ

うちわをパタパタすることで手の運動に。
落とさないように集中してもらい集中力UPとなるレクです。



ジャンル 机上レク その他

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 20分

性別 男性  女性  どちらも好評です 人数 2人～

道具 (一人当たり予算0円)

うちわ
ティッシュ等

注意点・追加ルール

期待効果 上肢運動

1

ティッシュ（二枚組のものは一枚にして）を3cm幅・長さ15cm程度の帯状に破り、先を少しねじります。



2

利用者さん達と一緒にそれをいくつか作成します。

3

まずは職員がそのティッシュを手で上から落とします。それが落ちないように下からうちわで一生懸命仰ぎます。

4

単純にそれだけでも良いですが、勝敗を付けるならば、先に落ちた方が負けとします。