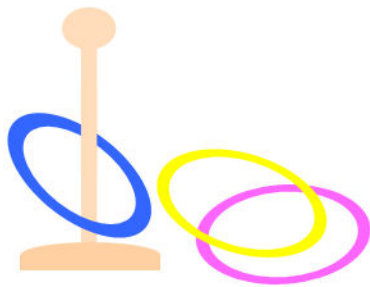


輪投げトランプ

輪投げとトランプをMIXしてみました。

色々アレンジできるレクです。



ジャンル 運動機能改善

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 3人～

道具 (一人当たり予算0円)

ひも
トランプ

注意点・追加ルール

期待効果 輪を投げる運動

集中力アップ

1 少し太めの紙ひも 60cmくらいに切り、輪を作ります。

2 ラインをひき、そこから1m先にトランプをバラバラっと並べます。

3 利用者がラインからひもの輪を投げ、トランプをすっぽり囲んだらゲット！
乗っかったりしたらアウト！

4 合計数字を競うもよし、
神経衰弱をやるもよし、
ジョーカー取ったら負けでもよし。

5 カードを手作りして、記載内容を工夫してもおもしろいですよ。