

記憶クイズ 認知症予防

制限時間内に前にあるものをいくつ覚えられるかを競うゲームです。

個人でもチーム戦でもできます。

チーム戦を主体に説明させていただきます。



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3 所要時間 25分

性別 人数 5人以上

道具 (一人当たり予算0円)

テーブル
品物を複数個
テーブルクロスかシート(透けないもの)

注意点・追加ルール

期待効果

1 5人組を作ります。(施設によって調整してください)
テーブルに5～10個の物を用意してテーブルクロスを被せておきます。
全員でテーブルを囲むように座ります。

2 テーブルクロスを10秒だけ取って、その間に利用者さんには覚えてもらいます。
10秒立ったらまた被せて、各チームで何があったか
1分間で話し合って紙に書いてもらいます。

3 紙を回収して、答え合わせをします。正解数の多かったチームの優勝です。
品物を増やしたり、覚える時間を減らす等して脳を鍛えてください。
チームにすると覚える気がなくなる人が出てくるので
個人でもたまにはやってください。