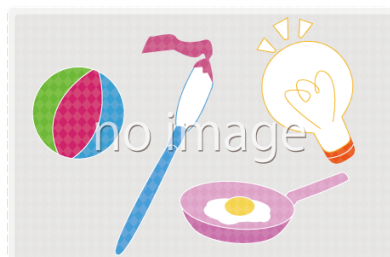


台所にあるもので気分転換 & ストレス発散

あるものを使って面白アイテムを作ります。なくても値段は安いですし、スーパーで簡単に手に入ります。



ジャンル 介護予防 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5 所要時間 20分

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50円)

ボウル。割りばし。水。風船。ろうと等 スーパーで買えるあるものを2つ。

注意点・追加ルール

期待効果 気分転換。ストレス発散。
指先や手の平の運動。

1 あるもの...それは片栗粉と小麦粉です。
片栗粉or小麦粉を水と1：1の割合で混ぜたものをつかいます。

2 片栗粉はボウル等の容器で混ぜれば良いのですが、小麦粉はろうと等を使って風船の中に小麦粉だけを入れてから水を加えましょう。

3 まず片栗粉スライムですが、力を加えると固くなります。
手の平で握ってみるといいでしょう。握るのをやめると急にドロドロに溶けだします。

4 不思議な感触を味わえますし、握る動作が自然と手の平の運動になっているのです。
混ぜた後でろうと等を使って風船に入れて口を閉じます。膨らませる必要はありません。
風船を手の平で握ると変な感触ながらも実に面白いと感じます。

5 小麦粉スライムの方は風船の中で作ります。
ボウルで作るとうどんを作るみたいになりますから(笑)
固まったら、風船に入れるのが困難になります。

6 こちらは小麦粉を先に風船に入れたら同じ比率の水を加えて口を閉じてから握ります。
片栗粉スライムとは違った感触で、利用者さんも自然と笑顔に！

7 片栗粉スライムはそのまま遊ぶ触るもの。
小麦粉スライムは風船に入れて遊ぶものとして使い分けましょう。
片栗粉スライムは汚れてきたら風船に入れると再利用できます。

8 遊んでいるだけで両手がいつの間にか開いて閉じてといった簡単なトレーニングを行っているのが最大の魅力です。