

脳トレ ひらがなビンゴ

ひらがなで遊びましょう。

言葉さがしは脳へのアプローチ効果抜群です。

紙とペンさえあれば少人数から出来ますので、試してみてください。



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3 所要時間 30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)

4×4マスのビンゴシート（ワークシートあり）とペンです

注意点・追加ルール 参加利用者さんの状態に合わせて難易度を変えてみてください。

期待効果 文字を探すことによる脳トレ効果。
言葉を発表することで発声効果。

1

4マス×4マスのビンゴシートを用意します。

2

利用者さんに
マス目に一文字ずつ好きなひらがなを書き込んでもら
います。16文字すべて埋めてください。

		お	
	も		

3

全員が書けたら、利用者さん同士でビンゴシートを交換しましょう。 スタッフさんが
リードしてあげてください。

4

バラバラの16個の文字のどれかを使って単語を作り
順番に発表してもらいます。
例) 画像: おもち

ち	う	あ	せ
な	く	お	し
ろ	も	り	む
に	か	こ	ひ

5

自分で発表した文字は塗りつぶします。発表者以外の方は、発表された文字が自分のビンゴシートの文字にあれば、それを塗りつぶします。

6

勝敗は、通常ビンゴのように縦・横・斜めが揃ったらでもよいですし、マス目が全部塗りつぶされたらでもよいです。いずれにしても、あとひとつで揃う瞬間の「リーチ」宣言は忘れずに！これがないと盛り上がりませんよね。