

# 通り抜けフープ

ありえないものからの人が通り抜けをしてしまうレクです。



ジャンル 運動機能改善 体操 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2 所要時間 10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0円)

使い古しのありえないもの、はさみ

注意点・追加ルール

期待効果 タネがなんなのか考えることが脳トレになる。

1 使い古しのありえないもの = はがきor封筒です。  
「はがきを通り抜けます」と利用者さんに言います。

2 どうやって通り抜けるでしょうか？と質問してタネを考えてもらいましょう。

3 正解は、はがきを縦・横に交互に切って、大きな輪っかを作ります。

4 封筒でもできます。紙でもできます。破れないように慎重に通り抜けてください。  
タネがわかったら利用者さん達にも作って通り抜けてもらいます。

5 他にもより大きな輪を作った人には拍手を送りましょう。  
小さな輪を破らずに通り返られる人もすごい！

6 同様に、新聞紙やチラシ等でもできます。  
その場合、複数人で1つの輪を通ってみましょう。

7 利用者さん全員が通れるような細くて大きい輪が最終目標です！