職員・担当者のみなさまへ

脳トレプリントの使い方

教室のない日も、家で1日1枚。まいにち元気道場のプリントです。

1 教室で

種類ごとに かごに並べて、「好きなものを7枚とってください」と声をかけます。

決まった7枚のセットで お渡しすることもできます。

2 家で

1日1枚。どれを、どの順番でやるかは、ご本人が決めます。

どれをどの順番でやるか自分で決めることも脳のトレーニングです。予定を立てて、そのとおりに進める力（段取りする力）を使います。

3 やったら



表紙の表に、やった日を書きこんで〇をつけます。

プリントのQRコードを スマホのカメラで読みこむと、アプリ「まいにち元気道場」のご案内（ダウンロードのページ）が開きます。動画で脳トレや体操を続けたい方にどうぞ。

4 次の教室で

表紙の〇を見ながら、「何日できました？」とふり返ります。

5 答え

答えは、次回の教室でお配りします。

当日お配りすることもできます。

・各プリントに、作業療法士の「ねらい」と「声かけ」つき
・むずかしさは ★の数で目安
・14種類から、ご本人が好きなものを選べます
・脳トレや体操を動画で楽しみたい方は、アプリ「まいにち元気道場」で 450本以上の動画が見られます

まいにち元気道場　監修 作業療法士 石田竜生

© 株式会社おふとん　施設・教室の中でコピーしてお使いいただけます