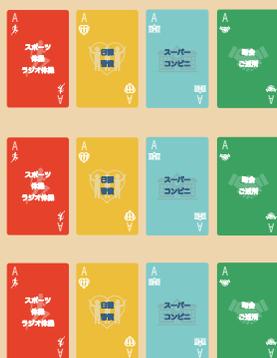


# キーワードカードの遊び方

このカードは、介護予防のヒントになるキーワードが書かれています。ゲームをしながら楽しく介護予防アイデアを考え、このアイデアを実践することでいきいきと暮らし続けられるよう、作られたカードです。また、キーワードをもとに自分の思い出、体験・経験を振り返ることで、認知症予防に繋がることを期待しています。

## 使用方法

### 1・付属のカードで遊ぶ



### 2・オリジナルカードの作成



白紙のカードには、介護予防キーワードを自由に書き込みましょう。

## ゲーム2 大切な思い出

1、トランプを並べる  
全てのカードを表向き(裏向き)にして、テーブルの上に並べます。

2、順番を決めてスタート  
最初の方から時計回り(反時計回り)にスタートします。

3、カードを引いて思い出を言う  
キーワードの書かれたカードを一枚手に取り、そのキーワードから連想できる、自分の経験や思い出を発表しましょう。

## ゲーム1 介護予防って？

1、トランプを並べる  
全てのカードを裏(表)向きにして、テーブルの上に並べます。

2、順番を決めてスタート  
最初の方から、時計回り(反時計回り)にスタートします。

3、カードを引いてアイデアを言う(書く)  
キーワードの書かれたカードを1~2枚手にとり、キーワードをヒントに介護予防アイデアを言います(書きます)。



30秒以内なら何枚引いても構いません。できるだけ多くのアイデアを言いましょう。これを繰り返し、15分後、もしくは場のカードがなくなった時点で終了です。

