



【7.遂行力】 物事を計画したり、順序だてたり、効率的に進める能力


②③反対指折り運動

【実施人数】	1人～	
【ルール】	1、足踏みしながら行う 2、右手親指から折る→10まで数える 3、左手小指から折る→10まで数える	
【おすすめポイント、アレンジ方法等】	指をずらして数える（1本先に折る） 片手グーパーしたり、片手順番に折る	
【作業療法士からのコメント】	手軽にできて指先も使うのでとても効果的です。 みんなで声を出して数えながらやると楽しめます。 毎回の活動時のウォーミングアップでやってもいいでしょう。	

②④創作貼り絵

【必要物品】	色紙、布、折り紙、包装紙、はさみ、のり	
【実施人数】	3人～20人	
【ルール】	1、布、折り紙、包装紙等を作りたい形に切る 2、色紙に貼っていく	
【実施時の注意点】	こだわらずに自由に切ったり貼ったりすると 楽しく進めることができる テーマを決めて貼っていくと進めやすい 皆で楽しみながらすることが一番です	
【おすすめポイント、アレンジ方法等】	同じテーマでも同じ貼り絵はできない 自分だけのオリジナル作品ができる	
【作業療法士からのコメント】	作る作品の大きさやペーすは参加者それぞれで調整しながら取り 組めます。手分けをして1月、2月の貼り絵など時期に応じた12 種類の貼り絵をつくとカレンダーにもできます。 100円均一の額などに入れると家や公民館などにも飾れます。1回 に取り組む時間を調整しやすく、何回かに分けて実施できるので取り 組みやすい活動です。	

②⑤ガラクタ演奏

【必要物品】	フライパン、バケツ、鍋、ビン、その他家庭用品	
【実施人数】	2人～10人	
【ルール】	1、演奏と併せて可能なら歌を歌う 2、演奏する家庭用品は自分で選ぶ 3、演奏する曲は自分たちで決める	
【実施時の注意点】	ケガがないように気を付ける	
【おすすめポイント、アレンジ方法等】	慣れてきたら音の割り振りをして演奏する	
【作業療法士からのコメント】	演奏する家庭用品を選ぶところから参加者が行って、持ち寄るところ がポイントです。音楽に合わせて実施してみましょう。 牛乳パックやペットボトルを叩いたり、豆を入れてマラカスのよう にすることもできるので、いろいろ工夫して試してみるといいでしょ う。	