

ダウンロード素材を使用する際の注意事項

- 無断転載・複写（コピー、スキャン等）を禁じます。
- ダウンロードした素材は、個人または事業所内など私的な範囲内でお使いいただけます。外部への提供や商用目的での使用、および WEB サイトへ等への使用はできません。代行業者などの第三者に依頼して複製する行為は、たとえ個人や家庭内での利用であっても認められていません。

(株) 世界文化ワンダーグループ

みんなで作る壁面

三角ブロックのツリー

切り紙を貼った三角柱を積み上げます。
左からと右からで見え方の変わる
楽しいツリーです。

制作／太田美幸 写真／中島里小梨(世界文化ホールディングス)

ねらい

- 折る、切る、貼るなどの作業を通じ、**手指の巧緻性の維持・向上を図る。**
- 見え方の変化を楽しむことで、**脳の活性化を図る。**

●材料

画用紙(赤、緑、ほか飾り用に金など)／牛乳パック／ホログラムなどのキラキラ系おりがみ／リボン／厚紙

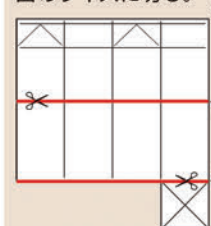
型紙 p.118

●用具

のり／はさみ／セロハンテープ

準備

- 牛乳パックを開き、図のサイズに切る。



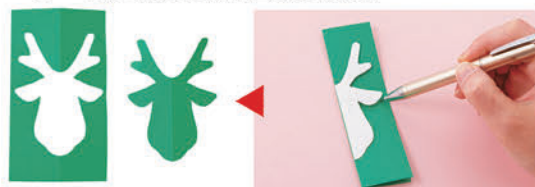
- 画用紙(赤、緑)を図のサイズに切る。

- コピー型紙を利用し、厚紙から切り紙の型を切り出す。



切り紙ツリーの作り方

- 1 画用紙(赤、緑)を縦長に半分に折り、好みの型を利用してモチーフを切り出す。切り出した紙(モチーフ)と残った紙の両方を使う。



広げたところ。

- 2 牛乳パックの白の面を上にして、真ん中の2面に1をそれぞれのりで貼る。右がモチーフ、左が残った紙などのように統一すると、仕上がりがきれいになる。



セロハンテープ

- 3 両端の面を重ねてセロハンテープで貼り合わせ、三角柱を作る。



▼左から見たところ。



▲右から見たところ。



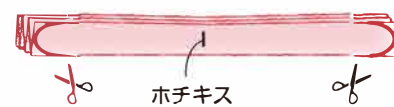


6 花の真ん中にのりで花心を貼る。

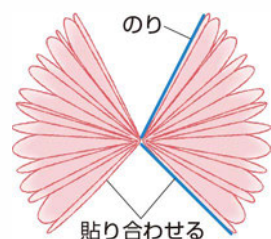


4 写真のように真ん中をねじってつまみ、花びらを1枚ずつ立ち上げる。

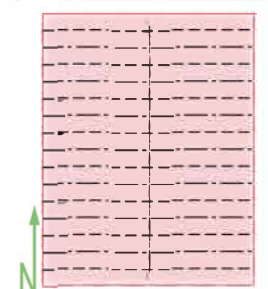
5 お花紙(黄)を1/3程度に裂いて丸め、花心を作る。



2 真ん中をホチキスでとめ、両端を丸く切り落とす。



3 広げて、青の面ののりをつけ、貼り合わせる。



1 お花紙1枚を縦半分に折って広げてから、じやばら折りをする。

さざんかの作り方

ねらい

- お花紙を折る、広げるなどの作業を通じて、**手指の巧緻性の維持・向上を図る。**
- なつかしい情景に触れることで、季節を感じ、**生活意欲を高める。**

● 材料

お花紙(赤系、白、黄など)
／画用紙(背景用各色)

● 用具

はさみ／のり／ホチキス

型紙
p.120

みんなで作る壁面

11・12月

さざんかの垣根

童謡「たきび」の歌が聞こえてきそうな
さざんかの花が咲く風景を作りましょう。

制作／阪本あやこ 折り図／大森裕美子
写真／中島里小梨(世界文化ホールディングス)

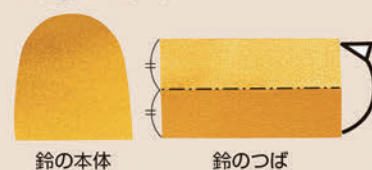
レクリエ2023年11・12月 12

●コピー型紙を利用して、画用紙(緑)から柊を切り出す。

●画用紙(白)からクラフトパンチで雪の結晶を作る。



●コピー型紙を利用して、画用紙(金)から鈴の本体と鈴のつばを切り出す。つばは下図のように2つに折っておく。



●紙テープ(赤)を約2.5mに切っておく。



●コピー型紙を利用して、厚紙から土台の形を切り出す。



3 アルミホイルを10～15cm程度に切り、2にふんわり巻いていく。少し重ねながら、全体を覆う。とまらない場合はセロハンテープで固定するとよい。



ティッシュを全面に貼ったところ。

2 1にボンドを円状につけ、1枚ずつ丸めたティッシュを貼る。



1 土台用の画用紙を半分に折り、土台の形を写して、はさみで切る。

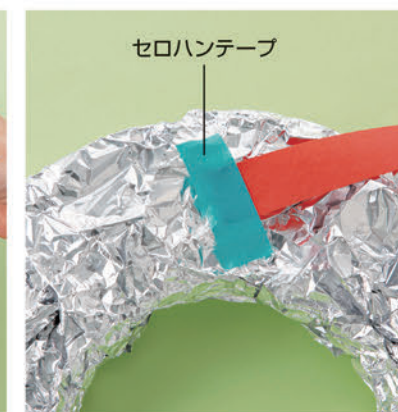


6 雪の結晶と柊をボンドで貼る。



全体に巻いたところ(表)。

5 写真のように、ゆったりと10周程度巻く。巻き終わりのセロハンテープで裏にとめる。



セロハンテープ

4 3を裏返し、紙テープの巻き始めをセロハンテープでとめる。



9 「わ」にしたひもを裏に貼り、そのひもに飾り用のリボンをちょう結びする。



セロハンテープ

【裏】

セロハンテープ

8 7の裏に鈴用のリボンをセロハンテープで貼り、さらにリースの裏にセロハンテープで貼る。



7 鈴の本体につばをボンドで貼る。太めのペンに巻きつけ、丸みをつける。

リースを作る

鈴と飾りのリボンをつける

白銀のリース

土台のアルミホイルが上品に光るキラキラリース。赤の紙テープをぐるぐる巻いて飾りましょう！

制作／ささきともえ 写真／中島里小梨(世界文化ホールディングス)

クリスマス
特集 2



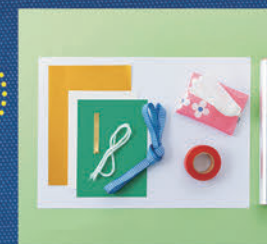
●材料

画用紙(土台用と雪の結晶用：白、柊用：緑・鈴用：金)／アルミホイル／紙テープ(赤)／リボン(鈴用：金、飾りリボン用：青系)／ひも／ティッシュ／厚紙

●用具

はさみ／鉛筆／セロハンテープ／ボンド／クラフトパンチ(雪の結晶型)／太めのペン

型紙
p.119



ねらい

- 切る、巻く、貼るなどの作業を通じて、手指の巧緻性の維持・向上を図る。
- 手作りのリースを飾ることで、行事を楽しみ、高揚感を味わう。

12月 クリスマスローズ



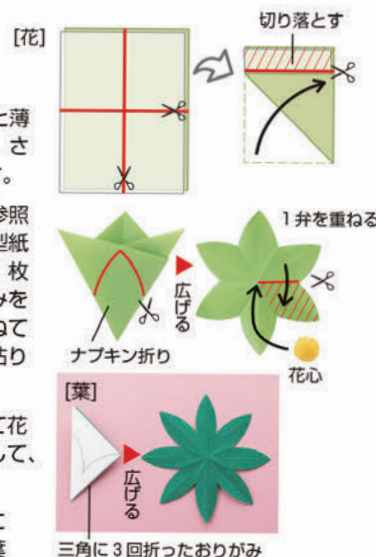
12月

日 月 火 水 木 金 土

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28

作り方

- 花を作る。お花紙を白と黄緑、白と薄紫などの2枚重ねにして4等分し、さらに右図のように正方形に切り出す。
- お花紙を2枚重ねのまま、p.120を参照してナブキン折りをする。コピー型紙を利用し、花形に切って広げる。1枚ずつにし、中心まで1か所切り込みを入れる。それぞれ花びら1弁を重ねて貼り、すり鉢状にしたら、2枚を貼り合わせる。
- 8等分に切ったお花紙(黄)を丸めて花心にし、②の中心に貼る。同様に、好みの色で花を3輪作る。
- 葉を作る。おりがみを半分(三角)に3回折り、コピー型紙を利用して葉を切り出して広げる。葉を先に台紙に貼り、バランスよく花も貼る。



11月 焼きいも



11月

日 月 火 水 木 金 土

					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

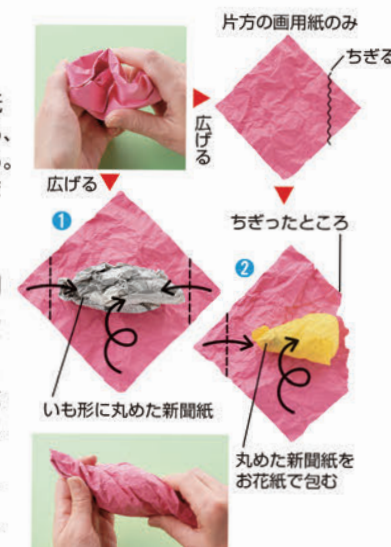
作り方

材料

台紙用の画用紙(八つ切り) / 画用紙(ピンクや薄紫) / 新聞紙(1面分を半分に切っておく) / お花紙(黄)

●カレンダー部分は、p.94~96を140%に拡大コピーして台紙の下半分に貼る

- 丸1本のさつまいもを作る。画用紙を18cm四方の正方形に切り出したら、しっかりもんで全体にシワをつける。新聞紙を丸めてさつまいもの形にまとめ、①図のように画用紙で包む。いもの両端をねじって形を整える。
- 半割りのさつまいもを作る。①と同様に正方形の画用紙にシワをつけたら、端から7cm程度の位置で角をちぎる。新聞紙を丸め、割ったいもに見えるよう円すい形に整えて、お花紙で包む。②図のように画用紙で包み、端をねじって形を整える。
- 軽くもんだ新聞紙を包み紙に見立てて先に台紙に貼り、①②のいもを上から貼る。



今月のカレンダー

季節の花や風物を題材にして、カレンダーを作りましょう！
制作 / おさだのび子 写真 / 中島里小梨(世界文化ホールディングス)

台紙用の画用紙(八つ切り) / お花紙(花用:白、黄緑、薄紫など、花心用:黄) / おりがみ(緑)

●カレンダー部分は、p.97~99を140%に拡大コピーして台紙の下半分に貼る

やってみましょう!

最初のポーズ



背筋を伸ばし、両足を軽く開いて座る。

① うーさーぎー

おーいしー

かーのー やまー



左手を腰に当て、右手を円を描くように上げ、そのまま上体を左に曲げる。



右手を戻しながら、上体を起こす。

② こーぶーなー

つーりしー

かーのー かわー



反対の手で①を行う。



③ ゆーめーはー

いーまーもー

④ めーぐーりーてー



両手を軽く左右に広げてから体の前で交差する。大きな円を描くように、中心から外へ向かって腕を左右に回しながら下ろす。



両手を体の前で交差する。大きな円を描くように、中心から内へ向かって腕を左右に回しながら下ろす。



⑤ わーずーれー

⑥ がーたき

⑦ ふーるーさーとー



胸の前で両手を組み、手首をぐるぐると回す。



両手を組んだまま、手のひらが前を向くように伸ばす。



伸ばした両手をそのまま上げる。

思い出の曲で
心も元気に!

音楽レク

歌いながら体を動かすことは、体力向上のほか、口腔機能や認知機能も高めます。思い出の歌で元気に体を動かしましょう!

♪ 楽しんで歌いましょう。

♪ 音楽はかけず、利用者の動きに合わせてリズムを調整しましょう。

♪ 無理をせず、一人ひとりの動かせる範囲で、動かしましょう。

♪ 感染症予防のため、換気をし、なるべく人と人の間隔を空けて行いましょう。



監修・プラン 山崎律子

(株)余暇問題研究所代表取締役、主席研究員。日本レジャー・レクリエーション学会 副会長。日本老年行動科学会常任理事。『参加したくなる 介護現場のレクリエーション』(中央法規出版)など著書多数。

イラスト/白井 匠

ふるさと
故郷

1914(大正3)年の尋常小学唱歌として発表された歌。作詞をした高野辰之の出身が長野県であることから、里山や川の光景を歌ったとされている。

言葉かけ例

- この曲を歌うと幼いころを思い出しますね。皆さんのふるさとの思い出はなんですか?
- 子どものころ、どんな遊びをしましたか?
- 腕や肩を伸ばしたり、体を曲げたりすることで、血流がよくなり、体の調子よくなりますよ。
- 呼吸を止めないで、小さな声でもいいので、歌いながら行いましょう。
- 無理をしないで、痛くないところまで伸ばします。あわてずゆっくり行いましょう。

気持ちのよいところまで、前から上に伸ばす

腕を伸ばしながら息を吐く

左腕を上へ伸ばしながら、上体を右に曲げる

背筋を伸ばして座る

腰に手を当て、体を支える

両足を軽く開いて、しっかりと座る

特典動画

この体操は動画で動きを確認できます。スマートフォンなどで下のコードを読み込むか、p.122の視聴案内をご覧ください。



故郷
作詞/高野辰之 作曲/岡野貞一
兎追いし かの山
小鮎釣りし かの川
夢は今も めぐりて
忘れがたき 故郷
如何にいます 父母
恙なしや 友がき
雨に風に つけても
思い出する 故郷
こころざしを はたして
いつの日にか 帰らん
山は青き 故郷
水は清き 故郷

飛び出せ！ お手玉選手権

空気を入れたゴミ袋を踏み込んで、お手玉を的に飛ばします。

プラン／尾渡順子

ねらい

- 足を高く上げてゴミ袋を踏み込む動作で、下肢の筋力や体幹を鍛える。
- 競い合うことで高揚感を得る。

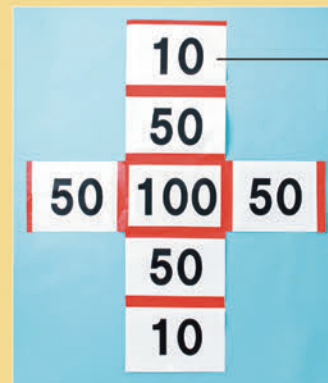
障 形

的の前に利用者1人が座る。向かい側にもう1人座り、対面で行ってもよい。



ゴミ袋

45ℓのゴミ袋に空気を入れてふくらませ、少し空気を抜いて口をしぼる。ゴミ袋を倒れにくくするために袋の底に段ボールを貼る。



用意するもの

的
A3のコピー用紙に点数を書き、ガムテープで写真のようにつなげる。

お手玉



1 ゴミ袋にお手玉をのせる

利用者の足元にゴミ袋を置く。ゴミ袋の上にお手玉を1つ置く。



足を上げて
ゴミ袋を踏み込んで、
お手玉を的に向かって
飛ばしましょう

2 足でゴミ袋を踏んで お手玉を飛ばす

足を上げてゴミ袋を踏み込み、お手玉を的に向かって飛ばす。



うまく玉が飛ばない人の場合は

玉を置く位置やゴミ袋の空気の量を調節しましょう。ゴミ袋を踏み込むタイミングがわからない人には、「いちにのさん」などとかけ声をかけてあげると、うまく飛ばすことができます。

介護者はバランスを崩しやすい人の近くで、転倒しないように見守る。

3 合計点数を競う

ホワイトボードに点数を書き出す。3回行い、合計点数を競う。

	1回目	2回目	3回目
〇〇さん	10	50	100
〇〇さん			
〇〇さん			

10 + 50 + 100 で
160点です！

下肢とバランス力を鍛えて

転倒を予防するためのレクリエーション

楽しみながら行ううちに自然と下肢とバランス力が鍛えられ、転倒予防につながるレクをご紹介します。

イラスト／フジサワミカ イラストAC
写真／中島里小梨（世界文化ホールディングス）



監修／尾渡順子
医療法人中村会 介護老人保健施設あさひな 認知症介護レクリエーション実践研究会。介護現場での実践者として日本各地でレク研修を行っている。



監修／鷗巣 豪
デイサービスで理学療法士として勤務。「陽気な課長」の名でYouTubeやSNSにて毎日、楽しみながら体を動かせるレクリエーションを発信している。

下肢とバランス力を鍛えて 転倒予防につなげるポイント

1 足を上げる

足がしっかり上がらないと、つまずく原因に。足を大きく上げるレクにより下肢全体の筋力がアップし、動かしやすくなります。

2 踏ん張る

踏ん張りがきかないと、体重が支えられず転倒しやすくなります。踏み込む動作を入れたレクで、踏ん張るための力を鍛えます。

3 足指に力を入れる

足の指先まで体重がかかっていないと、滑りやすくなり転倒につながります。ひもなどをたぐり寄せるレクで足指の力を鍛えます。

4 バランスをとる

重心移動をするレクにより体幹が鍛えられ、歩行の際に必要なバランス力がアップします。

レクを行う前のチェックリスト

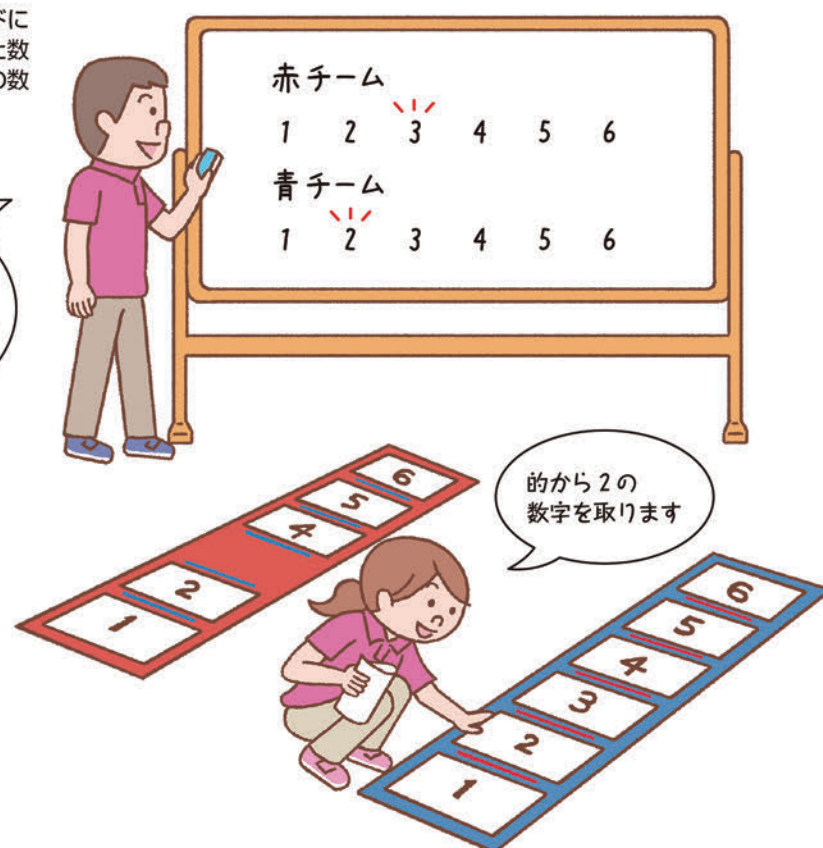
レクを行う前に、安全にレクを行うためのチェックをしましょう。

- | | |
|---|---|
| ☐ 利用者の体調や痛みがないかを確認しましたか？ | ☐ 見守りが必要な利用者のそばに、介護者がついてますか？ |
| ☐ 参加する利用者に合ったレクを選んでますか？ | ☐ 利用者の足が床について正しい姿勢になってますか？ |
| ☐ レクのねらいを利用者に伝えましたか？ | |

2 缶がのった数字を取り外す

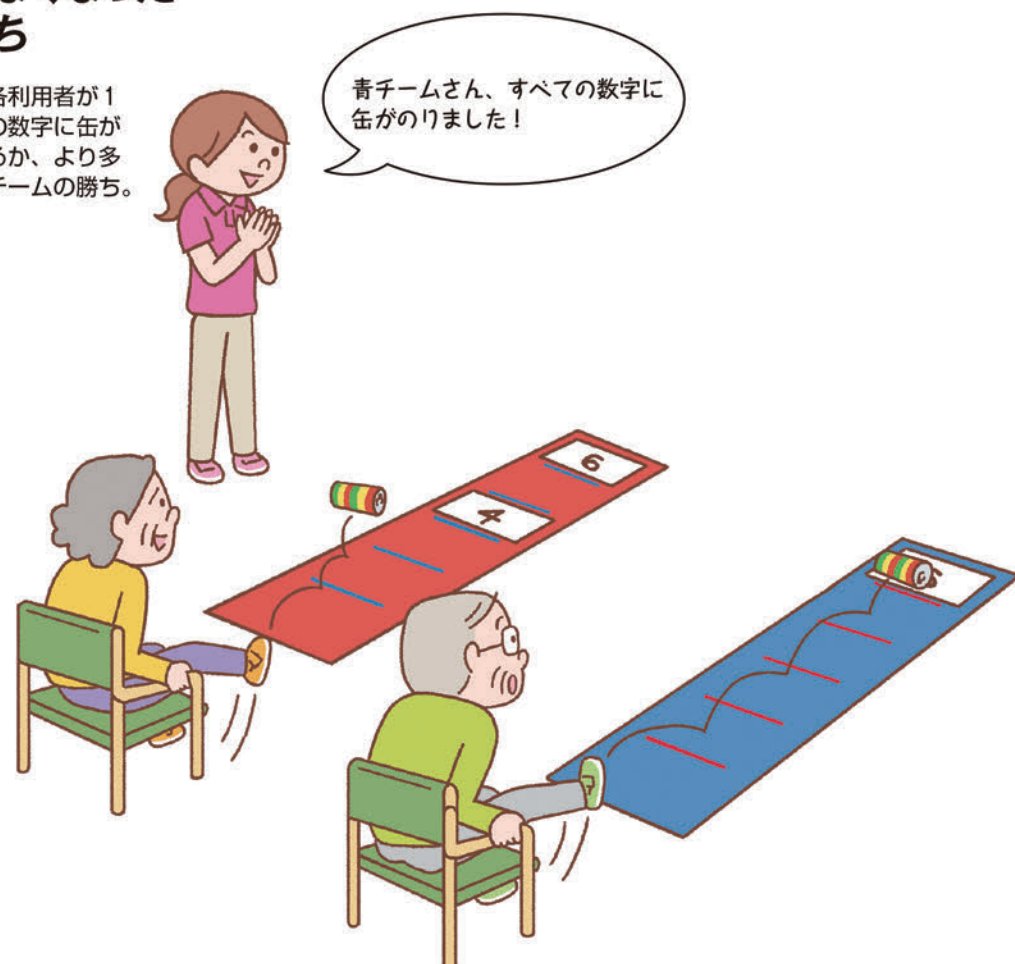
的に缶がのったら、ホワイトボードに書かれた1～6の数字から、のった数字を消す。さらに、缶がのった数字の紙も取る。

赤チームは3、青チームは2にのりました。ホワイトボードの数字を消して、的に数字を外します



3 的に数字がなくなったチームの勝ち

次の2人に交代し、各利用者が1回ずつ行う。すべての数字に缶がのり、数字がなくなるか、より多くの数字をなくせたチームの勝ち。



缶で数字消し

的に向かって缶を足で転がします。先にすべての数字に缶がのったチームの勝ちです。

プラン/尾渡順子

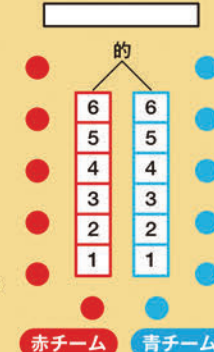
ねらい

- 足で缶を転がすことで足裏を刺激し、**下肢の筋力を鍛える**。
- ねらった数字に向かって缶を転がすことで、**力を調節する**。
- 競い合うことで**高揚感を得る**。

隊形

6対6で行う。2チームが向かい合って座り、あいだに的に2つ置く。ホワイトボードには、各チーム1～6の数字を書いておく。

ホワイトボード



缶
空き缶にカラーテープなどを貼る。



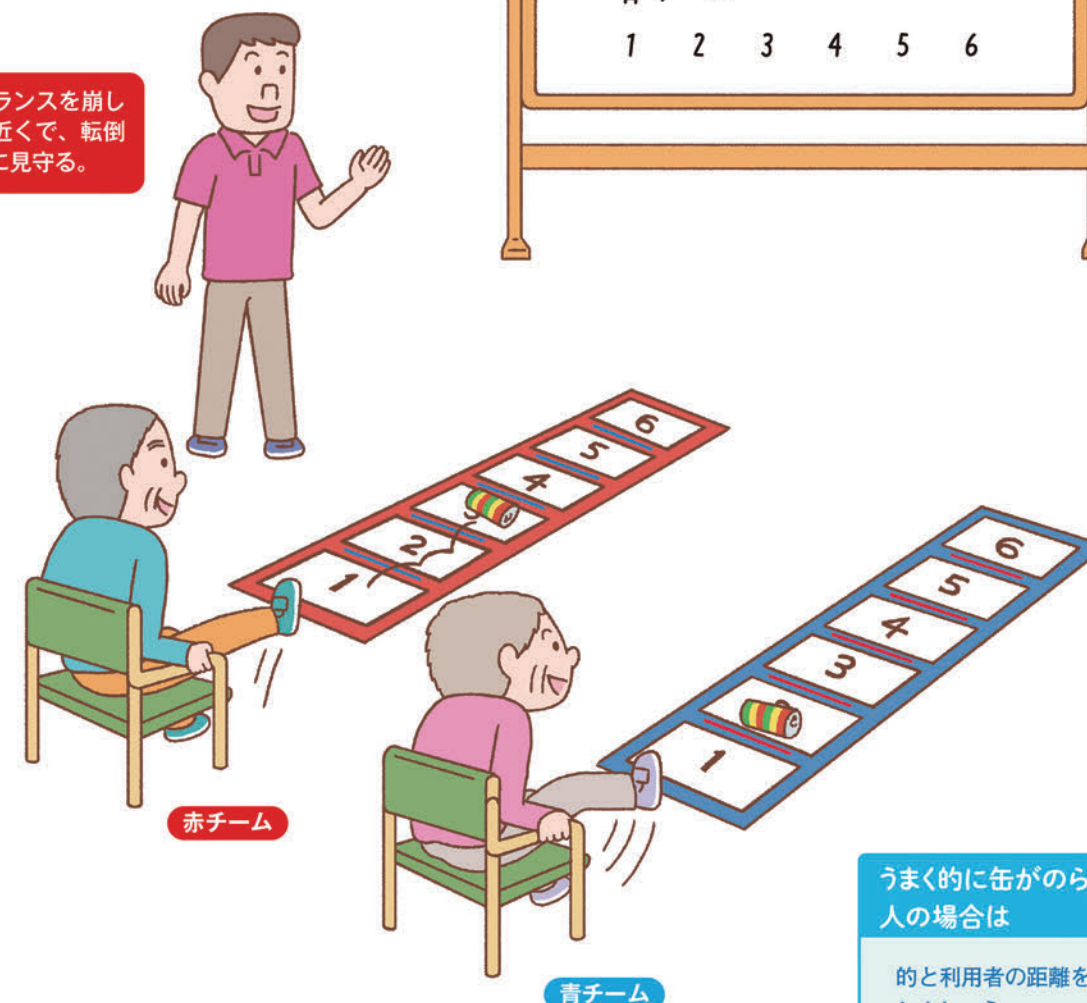
用意するもの

的に
A3程度の画用紙を縦に6枚つなげる。あいだにストローを貼って缶が止まりやすくする。1～6の数字を書いたB4程度のコピー用紙を、画用紙の上に貼らずにのせる。

1 足で缶を転がす

各チーム1人めの利用者が的に前に座る。スタートの合図で、一斉に的に向かって缶を足の裏で転がす。

介護者はバランスを崩しやすい人の近くで、転倒しないように見守る。



うまく的に缶がのらない人の場合は

的にと利用者の距離を調節しましょう。



● 材料(6人分<30個>)
ごはん 90g / 砂糖 大さじ 4
／りんご 約200g (約1/2個)
／ワンタンの皮 30枚 / サラ
ダ油 大さじ 2 / シナモン
(お好みで)

● 用具

炊飯器／テーブルナイフ／まな板／計量スプーン(大さじ)／ラッ
プ／耐熱ボウル／しゃもじ／菜箸／ホットプレート／電子レンジ

1人分(5個)あたりの成分

エネルギー 156kcal / たんぱく質 1.9g / 脂質 5.3g
炭水化物 27.6g / 塩分 0.2g

配慮のポイント

あんは分量を守り、平らにする

- あんが多いと、ワンタンの皮が破れたり、あんがはみ出したりしてうまく包めません。大さじ1弱を目安にします。



あんは大さじ1弱

- あんをワンタンの皮にのせたあと、スプーンの背で軽く押さえて平らにすると、包みやすくなります。



あんを平らにする

配慮のポイント

三角形に包む

- 水をつけた2辺の角をもう一方の角を目指して半分に折ると、上手に三角形に包めます。

あんのある角を
めがけて、皮を
たたんでください



基本の作り方

1 ごはんをつぶし、あんを作る



ラップを広げ、ごはんをのせる。ラップの端を折りたたみ、こぶしや指先でごはん粒を細かく押しつぶす。

しっかりつぶすことで
粘り気が出る



約1/2のりんごを4等分のくし形切りにして皮をむき、いちよう切りにする。



耐熱ボウルにごはんとりんご、砂糖を入れて軽く混ぜる。ラップをして電子レンジ(600W)で約4分加熱。ラップをはずして全体をよく混ぜる。

砂糖を加えて加熱すると
りんごの水分が出て、
食感のある甘煮になる

2 ワンタンの皮で包む



1のあん大さじ1弱(約10g)を、ワンタンの皮の片側にのせる。皮の2辺に水をつける。

あんのない方に
指を使って水をつける



ワンタンの皮を半分に折ってあんを包み、三角形にする。皮の閉じ口を指でしっかりと押しつけ、くっつける。

3 焼く



人さし指にラップを巻きつけてサラダ油をつけ、皮の表面全体に塗る。裏面も同じように全体に塗る。

油を塗ることで
カリッとした
焼き上がりになる



ホットプレートに油を塗ったアップルパイを並べ、180℃で焼く。両面ともにカリッと色づいたら皿に盛り、お好みでシナモンをふる。



ごはん

で簡単!
料理レク

お手軽アップルパイ

パリッと香ばしい皮の中に、もっちりとしたあん。
りんごとごはんで作る、洋風のおやつです。

レシピ・料理／熊谷真由美(ラクレムデクレム) 指導／藤原記代子(社会福祉法人三徳会
平塚橋ホーム・管理栄養士) イラスト／ささきともえ 写真／小澤達也(Studio Mug)



中身はりんごと
ごはんのあん!

ごはんのココがgood!

- 残りごはん(冷凍)でも作れる!
- しっかりつぶすとあんのとろみになる!
- 味の邪魔をしないので、りんごの風味ともよく合う!



ねらい

- 手指の巧緻性や遂行機能の維持・向上を図る。
- 指でつぶす、包む、塗ることで指に力が入る。
- りんごやシナモンの香りが食欲を刺激する。

こんな動作で
機能向上を!

つぶす



包む



油を
塗る



“自分だったら”の視点で見直そう

特集2

接遇とマナー



監修／高橋好美

社会福祉法人育明会 特別養護老人ホームレジデンシャル常盤台施設長。東洋大学社会学部卒。看護職、メディカルソーシャルワーカーを経て、社会福祉士、介護支援専門員の資格を取得。大田区立特別養護老人ホームたまがわの特養第一課課長、介護老人保健施設都筑シニアセンターケア統括部長などを歴任。2011年4月より現職。『気持ち伝わる介護スタッフのためのマナーと声かけ』（学研教育出版）など編著書多数。

介護現場での接遇は、「相手に敬意を払う」ことが大切なポイントになります。しかし、敬意を払う対応といっても「具体的にはどういうこと？」と思う人も多いでしょう。それを知るためのコツは、「自分だったらどうされたいか？」という視点で考えること。自分に置き換えてみると、どうすべきかが見えてきます。その基本とシーン別の実践法を紹介しましょう。

文／松崎千佐登 イラスト／しまだ・ひろみ

自分だったら、

どちらのケアを
されたいですか

〇〇さん！
トイレに行きますよー！

テレビを見てくつろいでいたところ、いきなり車いすを押してトイレに連れていかれた



〇〇さん、そろそろ
トイレに行きませんか？

テレビを見てくつろいでいたところ、介護者から声をかけられ、トイレに連れていってくれた



自分だったら、
どうされたいかな？

必ず身につけたい

“基本マナー”と“自分だったら”の視点

よりよい接遇のために、まず身につけたい基本マナーと視点を、朝のあいさつを例に紹介します。一度に実践することが難しい場合は、できることから取り入れてみましょう。

朝のあいさつの“基本マナー”

笑顔

やさしい笑顔は相手の心を落ち着かせ、安心感を与える。言葉を理解するのが難しい場合でも、笑顔は通じる。また、笑みを浮かべながら話したりケアをしたりすることで、声の質や雰囲気までやさしくなる。

〇〇さん、
おはようございます

言葉づかい

言葉は相手への敬意が最もよく表れる大切なところ。幼児言葉、「〇〇ちゃん」などと呼ぶなれなれしい言葉は厳禁。親しみを表したつもりでも、相手は不快に感じる。語尾は「です」「ます」調を基本に。丁寧語だけでも間違いではないが、場面に応じて尊敬語や謙譲語が使え、より敬意のこもった言葉づかいに。適切な声の大きさでゆっくり話すことも大切。

- 例
- ×「〇〇ちゃん、おはよう。昨日はよく眠れた？」
 - 「〇〇さん、おはようございます。昨夜はよくおやすみになりましたか？」

所作

美しい落ち着いた所作は、利用者やまわりの人を安心させる一方、バタバタと慌ただしい雰囲気は利用者にも伝わり、不安を招く。忙しい時ほど、落ち着いた所作を心がける。

身だしなみ

介護現場では見た目も重要。見た目が第一印象を左右するので、清潔感のあるきちんとした身支度を。業務を始める前にロッカールームの鏡などで全身をチェックするとよい。

- 例
- 長い髪はきちんとまとめる。
 - 動きやすく清潔な服を着用。
 - ボタンなどをきちんと留めて、だらしない。
 - かかとの低い動きやすい靴を履く（かかとを踏んだりしない。サンダルはNG）。
 - 男性はヒゲをきちんと剃り、女性はナチュラルメイクを。

“自分だったら”の視点をプラス

言葉づかいや所作、身だしなみなど、これでいいのか迷うこともあるかもしれません。そんな時は、「自分がされたらどう思うか」を基準に考えてみましょう。例えば、自分や自分の家族が「ちゃん」づけで呼ばれていたなら、どうでしょうか？ だらしない服装や乱暴な言葉づかいの人に、ケアをされたいでしょうか？ 常にその視点を持つことで、自然に敬意を払うケアが実践できるようになるでしょう。次のページからは、「自分だったら」の視点に立った接遇の実践法を、シーン別にご紹介します。



言葉や所作を変えることで ケア自体が変わっていく

1つ、事例を紹介します。認知症の症状によって、攻撃的な行動が強く出ている方を受け入れたことがありました。初対面の際、まずお茶を出して、ごあいさつしました。落ち着いた声色・表情で「お茶はいかがですか？」と言いながら丁寧にお茶を置くと、その方も「ありがとう」と落ち着いた様子で、お茶を認識しておいしそうに飲んでいく姿に、ご家族が驚いていました。

ここからわかるのは介護者側が丁寧に対応することで、相手の行動が変わるということです。信頼関係を築くうえで大切なのは、言葉づかいや所作、そして身だしなみ。当施設ではそれらを「リスペクトケア」と呼び、実践しています。

リスペクトケアとは相手に敬意を払った対応のことですが、難しいことはありません。「自分がされて嬉しい、気持ちがいい」ケアなのです。「自分だったらどうされたいか」の視点で考えるとわかりやすいでしょう。

相手に敬意が伝わると、まず反応が変わります。尊重されているという安心感が信頼関係につながり、ケアを円滑に行えるようになります。また介護者が利用者から敬意を示されることも多くなり、自信ややりがいも生まれます。日々のちょっとした場面ですることを中心にご紹介しますので、ぜひ役立てていただければと思います。

敬意を払った対応で

相手が変わり、自分も変わる

敬意を払った対応とそうでない対応では、その後の利用者や介護者の行動・心理・関係性に、どのような違いが生じるのでしょうか。お茶を出す場面を例に考えてみましょう。

敬意を払った対応



敬意を払わない対応



敬意を払って接することで、よい循環が生まれる

車いすでの移動介助の場面で

ほかの利用者のケアに追われ、食事の時間が過ぎてしまいました。大急ぎでBさんを車いすに乗せて食堂へ移動したところ、Bさんは怯えた表情に。



自分だったら

こんな接遇を受けたいと思いませんか？

何の説明もなく、いきなり介助されると誰でも不安を感じます。どの介助においても、これから何をするのか、説明して同意を得てから行うのが基本。そうすることで、利用者も「これから車いすが動くんだな」と心と体の準備を整えることができ、それが事故防止にもつながります。

移動の前に 目的や行き先を伝えましょう

食事のために食堂に移動することを伝えます。利用者の目線の高さで目を見ながら話すと伝わりやすく、理解できているかも判断しやすいもの。理解できるまで話して同意を得ることが大切です。

急がずに丁寧な操作を 心がけて

車いすを速いスピードで押されると、想像以上に恐怖を感じるもの。乗っている人の身になってゆっくり押します。車いすの操作に限らず、忙しい時ほど丁寧な所作を心がけましょう。



入所時のアセスメントの場面で

施設への入所の際、アセスメントシート作成のため、項目に沿ってAさんに質問したところ、黙ってしまいました。



自分だったら

こんな接遇を受けたいと思いませんか？

初対面の相手から根掘り葉掘り質問責めにされたら、あなたは不快に感じませんか？それは利用者も同じです。これからよい関係を築いていくうえで、最初に与える印象が肝心。事務的に聞き出すのではなく、「あなたのことをたくさん教えてください」という姿勢を示すことが大切です。

なぜ、この情報が 必要なかを説明

アセスメントで求める情報は、利用者のことを知り、それをスタッフ間で共有し、ケアに役立てるために必要なものであることをまず説明し、理解してもらいます。

アンケート形式で 用紙に書いてもらいましょう

アセスメントでは、「人生ひとときシート」などと名付けたアンケート形式の用紙を用意し、利用者自身に、または家族とともに書き込んでもらうようにするのがおすすめ。生まれ育った場所やしてきた仕事、好きなこと、趣味などを差しつかえのない範囲で書いてもらいましょう。



ほかには
こんな場面
でも

●おむつ交換、 トイレ誘導などでは……

特にデリケートな介助であり、対応によっては利用者の尊厳を傷つける可能性があることを意識します。「さっぱりしましょうか」など、羞恥心に配慮した声かけを。

●食事は好みや 希望の順番などを聞きながら

食事介助は機械的に口元に運ぶのではなく、食べる順番などを伺いながら行います。また、過剰な介助は残存能力の低下につながるため、本人に確認しながら、できることはしてもらいましょう。

ほかには
こんな場面
でも

●第一印象はあいさつで決まります

あいさつは、施設と介護者の印象を決める大きな要素でもあります。誰に対しても、気持ちのよいあいさつをするよう習慣づけるようにしましょう。状況によっては笑みを浮かべながら会釈するだけでも。

●自己紹介は 文字情報も併せて

声だけの自己紹介では相手に伝わらないことも。名札を見せて役職や名前を伝えたり、名刺を渡して自己紹介したりすると理解しやすく、丁寧な印象に。

敬意を払った接遇

実践編

シーン別に敬意を払ったケアの実践法を紹介。高橋先生がポイントを解説します。

プラスα

マスクをしながらの 接遇のポイント

新型コロナウイルス感染予防対策としてマスクが欠かせない現在、そうした面での配慮も必要です。マスクをしていない時に比べると、「声が聞こえにくい」「表情が伝わりにくい」などの問題があるからです。マスクをしていても、伝達事項や思いが相手に伝わるよう工夫しましょう。

マスクをしながらの接遇は、
伝えるための配慮と工夫が
必要です



ここを押さえて マスク時の接遇をレベルUP

マスクは正しく 着用するのがマナー

接近してケアすることも多いだけに、マスクを正しく装着することも重要なマナー。耳にひもをかけたら、マスクを伸ばして鼻からあごまで覆い、顔にフィットさせる。



マスクの下も メイクを欠かさない

マスクで見えないからといって、マスクの下をノーメイクやヒゲを伸ばしたままにしない。それも含めて身だしなみであり、その気持ちはケアに表れるもの。いつ外すことになってもいいように、マスクの下もきれいにしておく。



滑舌をよくする 口腔トレーニングを

マスクをした状態で伝わりやすく発声するには、声の大きさだけでなく滑舌も重要。介護者も利用者と一緒に「パタカラ体操」などの口腔トレーニングをすると効果的。



出勤前に 笑顔のトレーニング

口元がマスクで隠れていても、心からの笑顔は目で伝わる。出勤前に鏡を見ながら、にっこり笑うトレーニングを。表情筋がほぐれ、やわらかい笑顔につながる。



家族へ電話連絡する 場面で

Cさんのリハビリ開始について相談をしようと家族に電話したところ、Cさんの妻が出て、緊張して慌てた様子。用件を話すと拍子抜けした感じに。



自分だったら

こんな接遇を受けたいと思いませんか?

家族が利用している介護施設から電話があると、何かあったのかと緊張し動揺するものです。利用者の家族を無用不安にさせない配慮として、話しはじめに、まず緊急の電話でないことを伝えましょう。

はじめのあいさつの例



〇〇デイサービスの△△です。突然に申し訳ございません。緊急ではないのですが、ご連絡したいことがございます。Cさんのリハビリについてご相談があります

電話のマナーのポイント

- 事業所名、所属、自分の氏名などを明確に名乗る。
- あらかじめ用件をまとめておき、簡潔に伝える。
- 専門用語や難解な言葉は避け、わかりやすく伝える。
- 落ち着いたトーンで語尾まではっきりと話す。

ほかには
こんな場面
でも

●クレームなど施設への 要望や意見には……

「できません」「わかりません」は使わず、まずは、相手の言い分を聞いてから、「こういうことでよろしいでしょうか?」「承知しました」などの言葉が有効。その後、必要に応じて確認をとったり、上司に相談したりして、必ず返答するようにします。

●ワクチン接種など 重要なお知らせは……

広報誌や文書などで事前に案内しておく、家族も心の準備ができます。事後の報告は、家族を不安にさせ、不信感につながることも。先に周知し、理解してもらうことがリスク回避にも役立ちます。

事例

同じことを何度も聞くAさんのケース

Aさんの生活歴

77歳、特別養護老人ホームの利用者。初期のアルツハイマー型認知症。地方公務員として定年まで勤める。自立心が強く、気配り上手。

病院に行く日は何日かと、数分おきに何度も介護者に同じことを聞く。カレンダーに記入してある予定を見せても、ピンとこない表情をする。

10分後

○日ですよ

病院に行くのは何日かしら？

2

○日ですよ

病院に行くのは何日かしら？

さらに10分後

○日ですよ。カレンダーにも書いてありますよ

病院に行くのは何日かしら？

3

○日ですよ！

それ、私の予定なの？

4

○日ですよ！

それ、私の予定なの？

想像してみましょう



この時の介護者の気持ちを想像して書いてみましょう。



この時のAさんの気持ちや行動の理由を想像して書いてみましょう。

認知症ケア

認知症の人の「世界」を想像し「困りごと」に寄り添う

① 認知症の人は困った人？



監修／川畑 智

理学療法士、株式会社Re学代表。熊本県を拠点に、病院や施設における認知症予防や認知症ケアの実践に取り組む。自治体の認知症予防モデル事業プログラムの開発責任者を務めてきた幅広い経験から、年間200回を超える講演活動を行うなど、介護予防に関する普及啓発活動にも力を入れている。著書に「マンガでわかる！ 認知症の人が見ている世界」(文響社)など。

一見、不可解に見える認知症の人の言動。しかし、認知症の人の心の中が見えれば、それは不可解なものではなくなります。「認知症の人と介護者の“世界観のズレ”への気づき」こそ、良質な認知症ケアの第一歩。その気づきへのヒントを事例をもとにわかりやすく紹介していきます。

文／森 麻子 イラスト／大橋明子

認知症になると、「今日は何日？」と何度も尋ねてきたり、家族や介護者に向かつて「あなた、誰？」と聞いたりするなど、認知症ではない人の目には不可解に映る言動が増えてきます。しかし、認知症の人は理由もなくそのような言動をしているわけではなく、その背景にはその人なりの理由や意味が存在しています。

介護をするなかでは、ケアがかみ合わず、うまくいかないもどかしさを感じることもあります。その原因は何か？ それは、認知症の人と介護者のあいだにある「世界観のズレ」です。

このズレは、認知症の人が見ている世界と、認知症ではない私たちが見ている世界に違いがあることから生じます。そのズレに気づかないまま、私たちの見ている世界を基準に、認知症の人の言動を理解しようとしてもうまくいきません。認知症の人が何を考え、何を伝えようとしているのか、認知症の人が見ている世界に立つて想像することが大切です。そうすることで、認知症の人が感じている不安や孤独が理解できると、両者の世界観のズレは小さくなり、よりよいケアのヒントが見えてくるようになります。

認知症の人の心が見えれば、必要なケアも見えてくる

認知症の人とそうでない人の世界観には“ズレ”があります

多くの介護者が認知症の人の不可解な言動に苦慮する背景にあるのは、両者のあいだにある“世界観のズレ”。なぜそのような“ズレ”が生じるのか、よくある場面を例に見てみましょう。

例「財布がない」と訴える利用者に対応する場面

認知症の人の世界

- どうしよう。お金がないと生活できない
- ちゃんとしたはずなのに……
- 探したのに見つからないのは、誰かが盗んだからよ

お財布がないの。盗まれたのよ

もう一度、よく探しましょう

認知症ではない人の世界

- どうして、いつも財布を探しているのだろう
- またどこかにしまい込んで忘れていたのではないかな
- 盗まれただなんて、とんでもない



なぜ“ズレ”が生じるのか？

認知症の人は、記憶の低下など自身の変化に常に不安や焦り、いらだちを感じている。一方で健康な人に認知症の人の世界を想像することは難しく、そこにズレが生じる。しかし、認知症の人の世界を理解しようという思いがあれば、そのズレを小さくすることができる。

利用者の「困りごと」を想像して

3ステップで考える 認知症ケア

利用者にとっての最善のケアを行うには、
利用者が何を思い、何に困っているのか
本人の目線で想像することが不可欠。
Aさんのケースを例に、最善のケアを見つけるための
3ステップを紹介します。

ステップ

1 利用者の困りごとを想像する

自分の予定を覚えていたいと 常にがんばっている

記憶は「①覚える ②覚え続ける ③思い出す ④忘れる」の4要素
からなります。認知症になると①～③が苦手になるため、逆に「覚
えていなければ」と常に脳を働かせるように。そのため、脳が疲労し、
混乱した状態になりやすくなります。



ステップ

2 性格や生活歴など利用者の情報を考慮する

自立心が強く、 人に頼ることが苦手な性格

認知症の人が何を感じているか、何に困っているかを想像するには、
その人の性格や生活歴、認知症の進行度などに着目することも必
要です。自立心の強いAさんの場合、物忘れで人に迷惑をかけた
くないという気持ちになりやすいことを考慮すると、Aさんの困りごと
を想像する手助けになります。



ステップ

3 必要なケアを考える

初めて聞かれたような 振る舞いや答え方をする

同じことを何度も聞かれた際、「さっき
言いましたよね」と答えたと、Aさんは
混乱して不安な気持ちになります。初
めて聞かれたように振る舞う、言い
回しを変えて答えるなどしましょう。



不安を取り除くような 言葉をかける

Aさんは、「また忘れてしまうのでは
ないか」という不安を強く感じていま
す。「私が覚えているから大丈夫です
よ」など、Aさんが安心できる言葉
をかけましょう。

カレンダーには 本人と確認しながら 一緒に予定を書く

Aさんのためにと介護者がカレン
ダーに予定を書いても、Aさんがそ
れを自分の予定と認識していなけれ
ば意味がありません。予定を書く際
は、Aさんと一緒に確認しながら書
き入れましょう。



Aさんの世界 はこうだったのかもしれない



認知症の人の世界を想像する時のポイント

認知症の人は「困った人」ではなく、 「困っている人」ととらえる

何度も同じことを聞かれると、つい「忙しいのに、困った
人だ」と思いがちです。しかし、認知症の人は物忘れが
増えた自分に強い不安を抱えています。「忘れたくない。
どうしたら覚えていられる？」と思い続けるあまり、頭の中
が忙しくなって情報の整理がうまくいかなくなり、忘れてし
まうのです。周囲の人より本人が一番困っているのです。



常に不安で困っている状態

自分のものさしで判断するのではなく、 「自分だったら」と置き換えて考える

根本的に人間とは自己中心的なものです。たとえ認知症
の知識があっても、心に余裕がない時は、つい相手の
立場で考える視点を忘れ、自分のものさしで人を判断し
がち。認知症ではない今の自分の視点ではなく、自分が
認知症だったら、と想像して考えることが大切です。



2 1つつヒントを出す

3つのヒントを1つつホワイトボードに書き、
答えをたずねる。

では、いきますよ！
まず1つめのヒントは「木でできている」
道具です。どんな道具を思い浮かべますか？



1つめのヒントを書く。

3 ヒントを出し答えを促す

2つめのヒントを出し、わからない場合は3つめの
ヒントを出して、答えを引き出す。

私は何でしょうクイズ

- ①木でできている
- ②汚れたものを洗う
- ③今は全自動

まだ難しいですね。
2つめのヒントは
「汚れたものを洗う」です

〇〇さん、洗濯機、
惜しい……！
わかる方いらっしゃいますか？

答えが出ないようなので、
3つめのヒント。「今は全自動」です。
△△さん正解！
(ここで洗濯板のイラストを見せる)
答えは「洗濯板」でした



会話を広げましょう

クイズの答えが出たら、利用者の思い出を引き出し、
会話を広げましょう。



その他のクイズ 例

※道具のイラストは、レクリエWEBサイトよりダウンロードできます。
閲覧にはパスワードが必要です。詳しくは、p.122をご覧ください。

道具	白黒テレビ	へちまたわし	釜
ヒント例	①三種の神器の1つ ②白黒 ③映像が映る	①植物を乾燥させて作る ②食器や体を洗う ③今はスポンジ	①台所で使う ②かまどで炊く ③今は炊飯器

会話を脳トレ

クイズをきっかけに



監修・プラン 森木 勇一郎
医療法人社団横浜育明会 介護老人保
健施設都筑シニアセンター 在宅支援リ
ハビリ部 主任。作業療法士としてリハビ
リにつながるレクを実践している。

利用者が興味を持ち、参加して楽しかったと思うことが脳トレの第一歩！
クイズをきっかけに、話が盛り上がる脳トレをご紹介します。

イラスト/モリナオミ

私は何でしょうクイズ

3つのヒントから連想して、昔の道具を当てるクイズです。
最後にそのイラストを見ながら、全員で話をします。

準備するもの ホワイトボード、道具のイラスト

※道具のイラストは、レクリエWEBサイトよりダウンロードできます。
閲覧にはパスワードが必要です。詳しくは、p.122をご覧ください。

はじめにこんな話をしましょう

これから出すクイズに興味をもってもらう話をします。



隊形

できるだけ距離をとって、ホワイトボードが見える位置に座る。

1 クイズの説明をして、例題を出す

これから行うクイズの説明をし、
ホワイトボードにヒントを書いて
答えを引き出す。

3つのヒントを出します。
どんな道具が当ててください

「①一家に1台」だけでは
わかりづらいですね。
2つめ、3つめのヒントも
書きますね

私は何でしょうクイズ

- ①一家に1台
- ②黒色が多い
- ③ダイヤルを回して使う

はい、そうです！
正解は(イラストを見せながら)
「黒電話」でした。
このように、懐かしい道具を
当てていただきます

テレビ？

刃物の日

8日

11月8日を11(いい)8(や)いばと読む語呂合わせから、全国の刃物関係の団体が集まって制定しました。日本の包丁は外国人観光客にも大人気。刀のようでかっこよく、切れ味がよいと、高価なものがよく売れているそうです。



和包丁は片刃が多いので左利きの方は使いづらいそうですが、皆さんの中で、左利きの方はいらっしゃいますか？ 左利きのいいところ、不便なところなどお話を聞かせてください。

◀刃物供養祭。刃物で有名な岐阜県関市で毎年行われる(写真/岐阜県関刃物産業連合会)

梅沢富美男の誕生日

9日

大衆演劇のスターであり、今や全国区の人気タレント・梅沢富美男さん。1950(昭和25)年11月9日に福島県福島市に生まれました。今日で74歳です。初舞台は1歳7か月。その後、女形として「下町の玉三郎」と評判になりました。最近ではテレビ番組の俳句コーナーで活躍し、子どもたちに「俳句のおっちゃん」と呼ばれるそうです。

梅沢富美男さんの代表曲といえば「夢芝居」ですね。皆さんで梅沢さんのように歌ってみましょう。

♪夢芝居
作詞・作曲/小椋佳
恋のからくり 夢芝居
台詞ひとつ 忘れもしない
誰のすじがき 花舞台
行く先の影は見えない
男と女 あやつりつられ
細い絆の糸引き ひかれ
けいこ不足を 幕は待たない
恋はいつでも 初舞台
(2番 3番省略)

七十二候

山茶始開 つばきはじめてひらく

山茶花の花が咲き始めるころ。山茶を「つばき」と読みますが、山茶花のことです。童謡「たき火」の2番「♪さざんか さざんか さいたまち」というフレーズを口ずさみたくありませんか。

▶冬の景色に彩りを与えてくれる山茶花



おいしいあなごの日

5日

あなごは今、最も脂がのり、おいしい時季。今日の日づけを、「お1(い)し1(い)0(あな)5(ご)」と読む語呂合わせから、大阪府堺市のあなご専門店・松井泉が制定しました。堺はかつてあなご漁で栄え、あなごを加工する技術を持った「堺もん」と呼ばれるあなご店が軒を並べてにぎわい、堺名物のひとつとされてきました。

ほかにあなごが名物の観光地はどこでしょう？ ①東京・伊豆大島 ②広島・宮島 ③鹿児島・桜島 答えは、②。「あなごめし」が有名ですね。

いいもち麦の日

6日

もち麦はもちもち・ぶちぶちした歯応えのある食感が人気の大麦。食物繊維が豊富で、腸内環境を整え免疫力を上げる効果が期待できるといわれています。11(いい)6(む)ぎと読む語呂合わせから記念日に制定されました。

もち麦のほかに、食物繊維が多い食材に何があるでしょう？ (例)玄米、雑穀、とうもろこし、大豆、あずき、さつまいも、ごぼう、きのこ類、海藻類など。



▲白米にもち麦を加えて炊いたもち麦ごはん

二十四節気

立冬

暦の上では冬の始まりとなる「立冬」。朝晩の気温も下がり、冬が近づいてくるのを感じます。この冬も寒さに負けず、元気に過ごしたいですね。

ところで、この時季は暖かく穏やかな陽気の日があります。それを「〇〇日和」と言いますが、さて何日和でしょう？ ①秋日和 ②冬日和 ③小春日和 答えは、③です。

▶立冬のお菓子といえば「亥の子餅」。無病息災、子孫繁栄を願って食べられてきた



文化の日

3日

1946(昭和21)年11月3日、日本国憲法が公布されました。文化を重んじる日本国憲法を記念し、その2年後に「文化の日」と定められました。「自由と平和を愛し、文化をすすめる」日です。

皆さんが「日本の文化」と聞いて思い浮かべるものは何ですか？ あげていってみましょう。(例)お正月、祭、盆踊り、お花見、和食、茶道、華道、書道、着物、歌舞伎、大相撲、武道、雅楽、落語、カラオケ、漫画、おりがみなど。

いい姿勢の日

4日

「いい姿勢」の大切さを提唱する滋賀県の整体師・山口克志さんが制定しました。山口さんの姿勢講座は滋賀県に認定され、小学校や企業などで開催されています。日づけは、11月4日を11(いい)4(し)せいと読む語呂合わせからです。

では、皆さんで「いい姿勢」をとってみましょう。背筋を伸ばす時に、胸も張るようにしましょう。さあ、前を向いて、背筋を伸ばし、胸を張って10秒間！ 皆さん、とってもいいですよ～！



11月 [霜月]



「霜降月」が転じた呼び名といわれています。空気は乾燥し冷たさが増していく月。そろそろ冬支度をするころですね。

ラジオ体操の日

1日

1928(昭和3)年の今日、NHKが初めてラジオ体操を放送しました。もとは「国民保健体操」という名称でラジオで放送されたため、「ラジオ体操」になったそうです。一番有名な「ラジオ体操第1」は3代めのラジオ体操。曲を聞けばすぐに体が動くほど、よく知られていますね。

では、皆さん一緒に「ラジオ体操第1」！ 椅子に座ったままでも結構ですので、元気に行きましょう(あれば音源を流す)。



いいふたりの日

2日

11月2日を11(いい)と読み、2を(ふたり)に重ねて、今日は「いいふたりの日」です。夫婦や恋人だけでなく、友人や親子などさまざまな「ふたり」の関係を見つめ直し、感謝の気持ちを贈り合う日です。

それでは、タイトルに「ふたり」が入っている歌をあげてみましょう。(例)二人でお酒を(岸みちよ)、ふたり酒(川中美幸)、危険なふたり(沢田研二)、世界は二人のために(佐良山直美)、二人は若い(ディック・ミネ&星玲子)、ふたりの大阪(都はるみ&宮崎雅)など。

七十二候

楓蔦黄 もみじつたきばむ

もみじや蔦が色づきはじめる時季。これから「紅葉狩り」を楽しむことができますね。昔から、日本人は春の花見、秋の紅葉狩りを年中行事にしてきました。移ろう季節を愛でることができる平和な世の中がいつまでも続きますように。



▲落葉の前に今を盛りと黄色から橙色、赤色に染まる広葉樹



ちぎり絵 見本

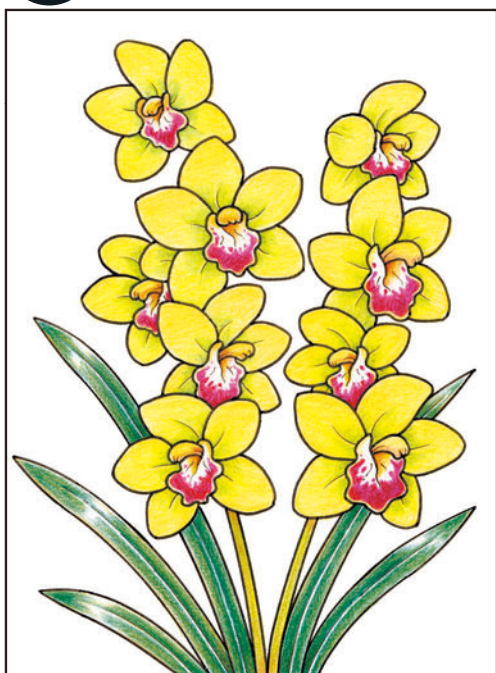
83ページに掲載されている
季節のちぎり絵の見本です。
色画用紙や色紙、和紙など、好みの紙をちぎって、
見本を参考にしながら自由に貼ってみましょう。

p.83 招き猫

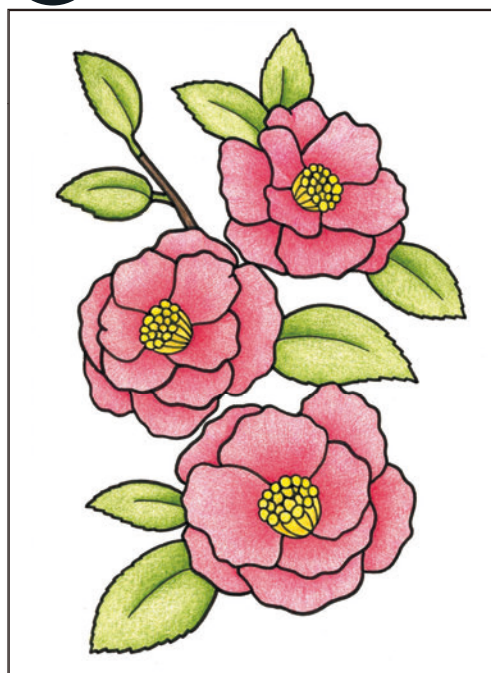
ぬり絵 見本

84ページから99ページに掲載されている
ぬり絵の色見本です。
参考にしながら、自由にぬってみましょう。

p.85 シンビジウム



p.84 サザンカ



p.89 紅葉とリス



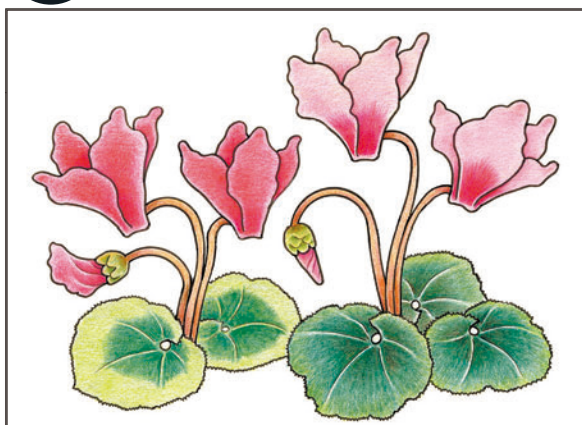
p.86 デージー



p.90 干し柿



p.87 シクラメン



p.91 餅つき



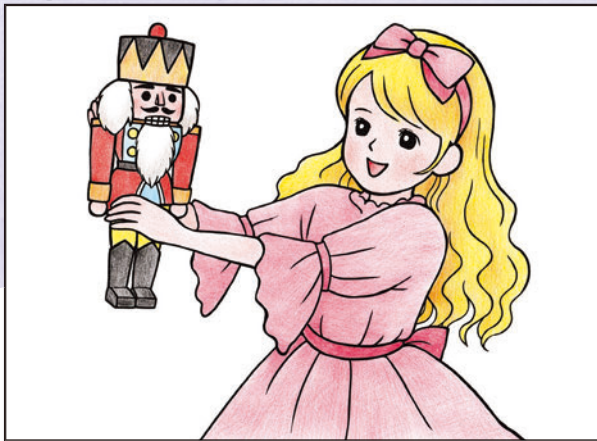
p.88 菊ともみじ



p.80のちぎり絵見本、p.80～82のぬり絵見本、p.84～99のぬり絵の一部は、レクリエWEBサイトよりダウンロードできます。閲覧にはパスワードが必要です。詳しくは、p.122をご覧ください。

p.80～99に掲載しているイラストは、個人または私的な範囲内でお使いいただけます。外部への提供や商用目的での使用、およびWEBサイト等への使用はできません。

p.93 くるみ割り人形



p.92 雪

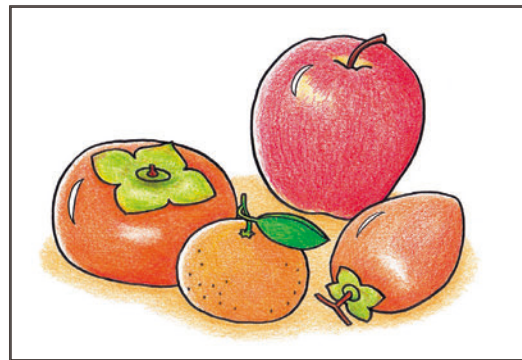


ぬり絵カレンダー



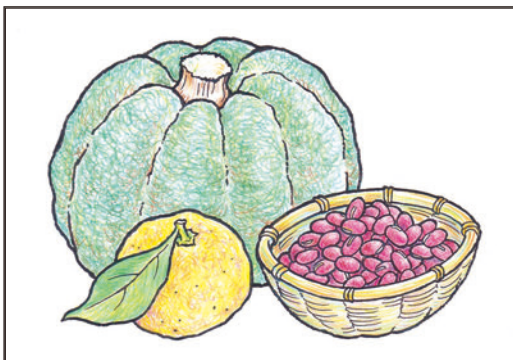
p.95
11月

菊の花束



p.94
11月

秋の果物



p.97
12月

冬至



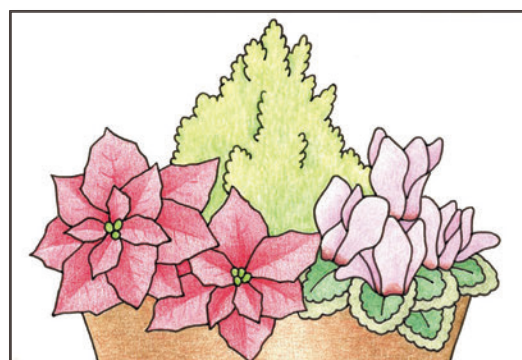
p.96
11月

七五三



p.99
12月

クリスマスツリー



p.98
12月

クリスマス寄せ植え

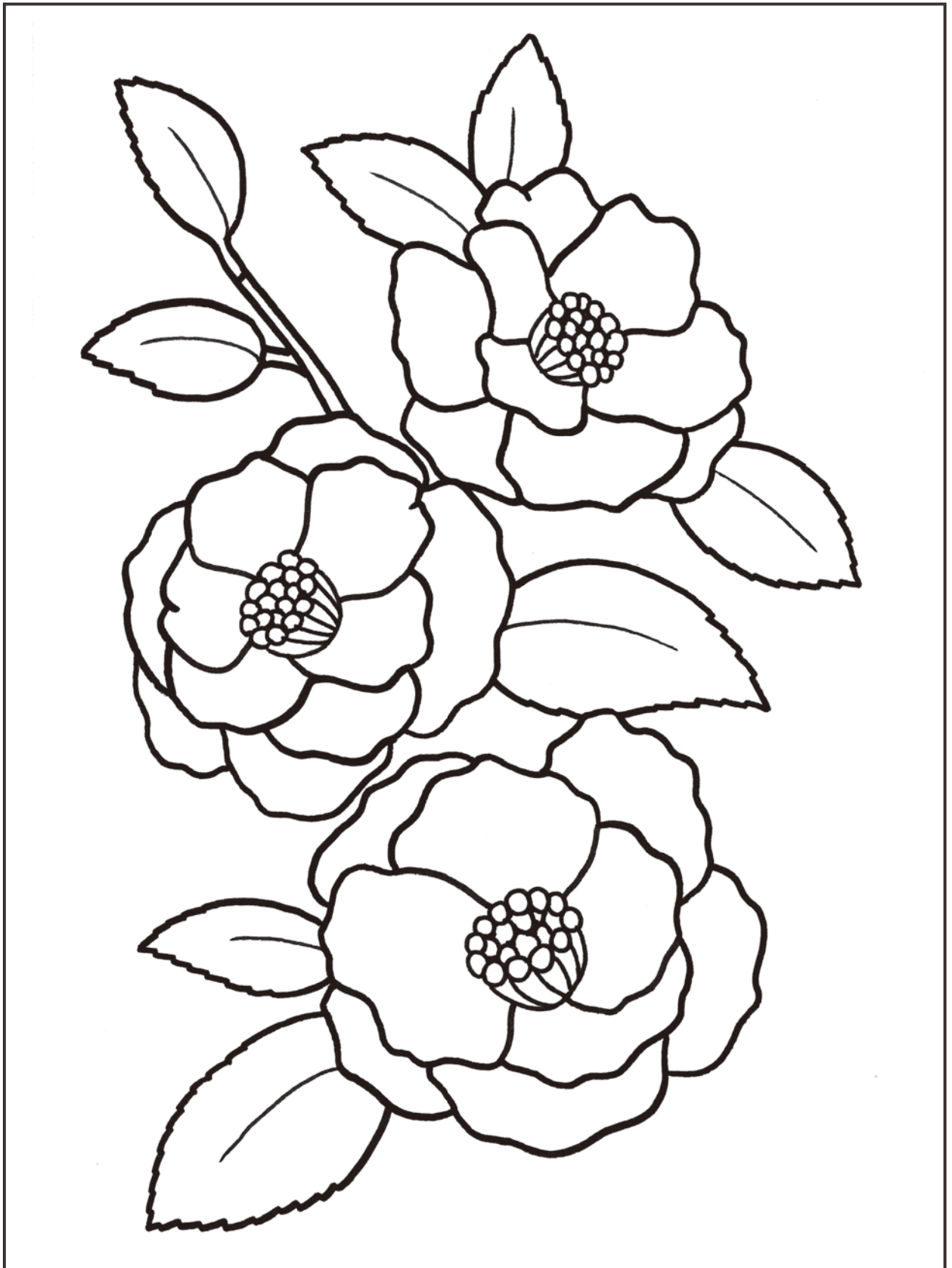
福を呼び込む縁起物として古くから親しまれている招き猫。右手あげはお金や幸運を、左手あげは人を招くなどの意味づけがあるそうです。



年 月 日 名前



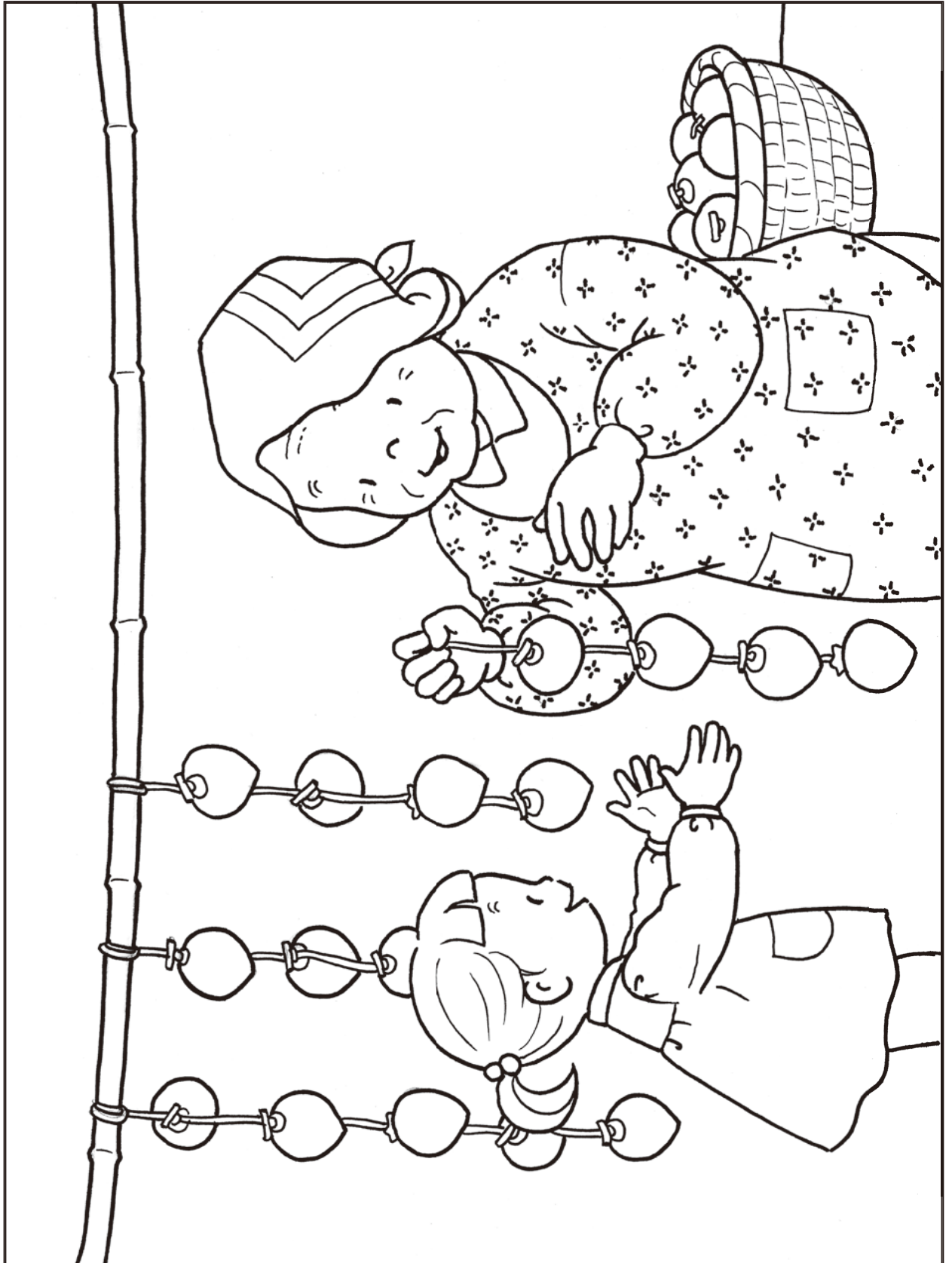
晩秋から冬にかけて咲くサザンカには、「ひたむき」「困難に打ち勝つ」などの花言葉があります。寒空の下で健気^{けなげ}に咲く花の姿にぴったりです。



年 月 日 名前



祖母と孫で干し柿作り。渋い柿も干して乾燥させることで水分が抜けて甘くなるなんて、昔の人の知恵はすごいですね。





12月



日 月 火 水 木 金 土

					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24 31	25	26	27	28	29	30

年 月 日 名前



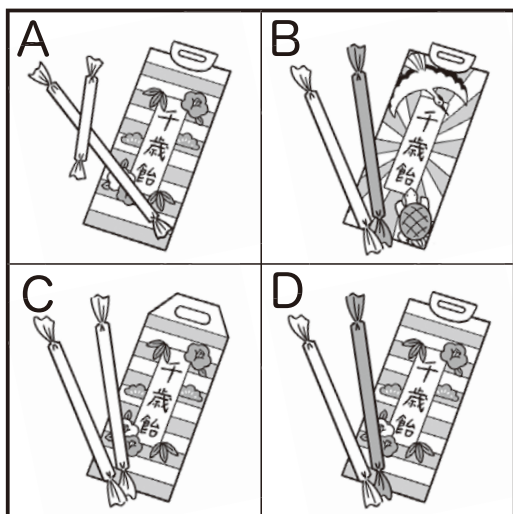
同じもののさがし

見本の絵と同じ絵をA～Dの中から1つ見つけて、○で囲んでください。

見本



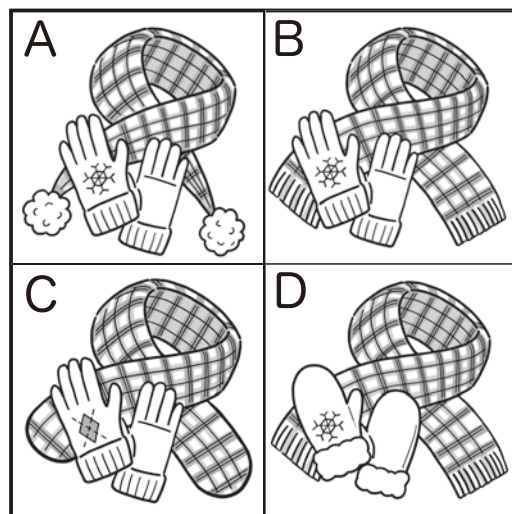
1



見本



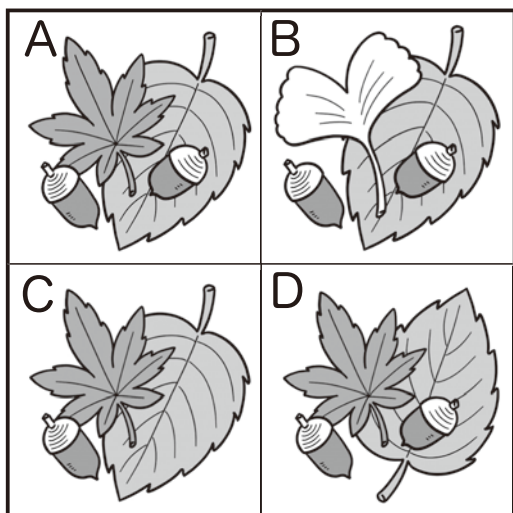
2



見本



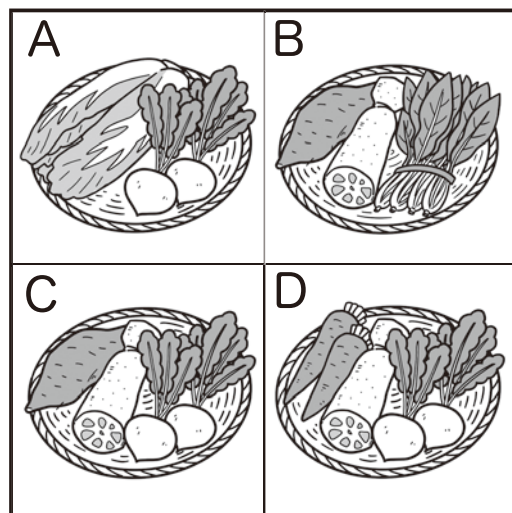
3



見本



4

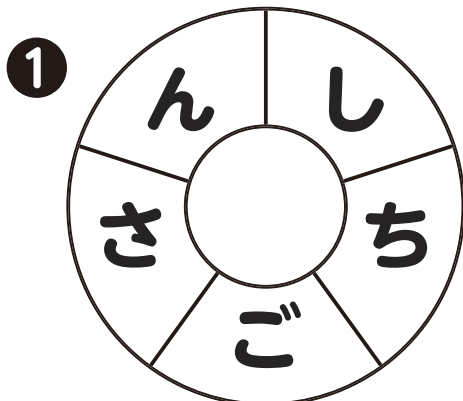


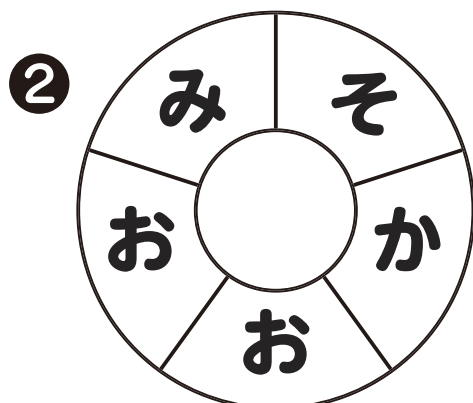
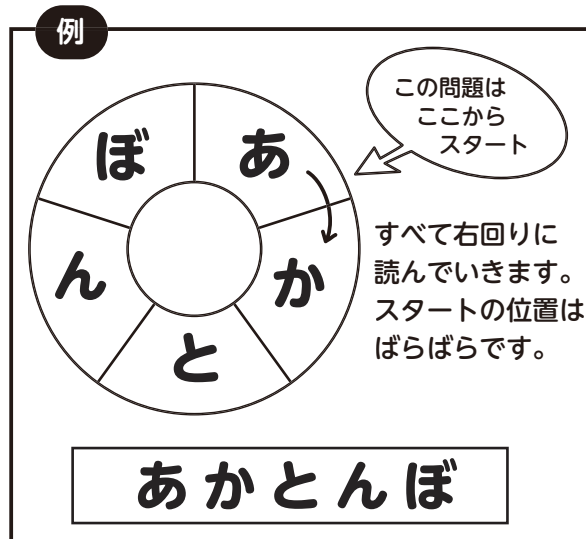
年 月 日 名前

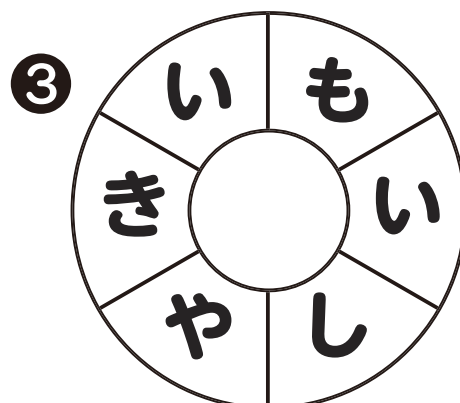


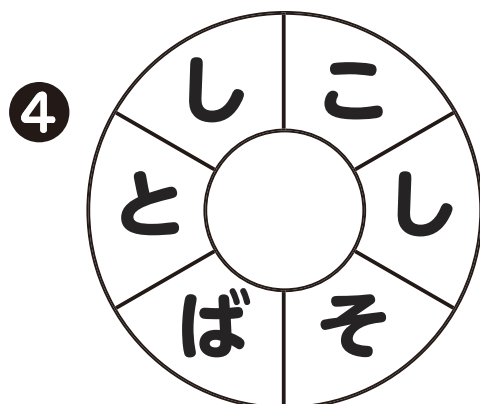
輪になった言葉は？

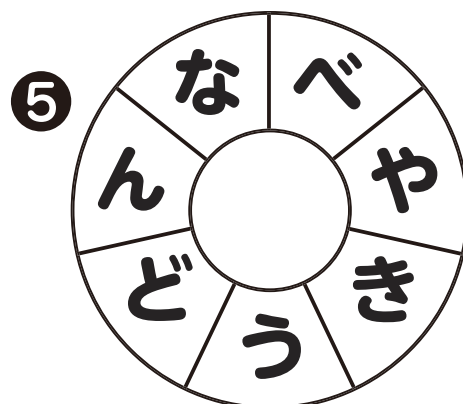
輪になった文字をぐるりと右回り（時計回り）に読んで、出てくる言葉を下の空欄に書きましょう。











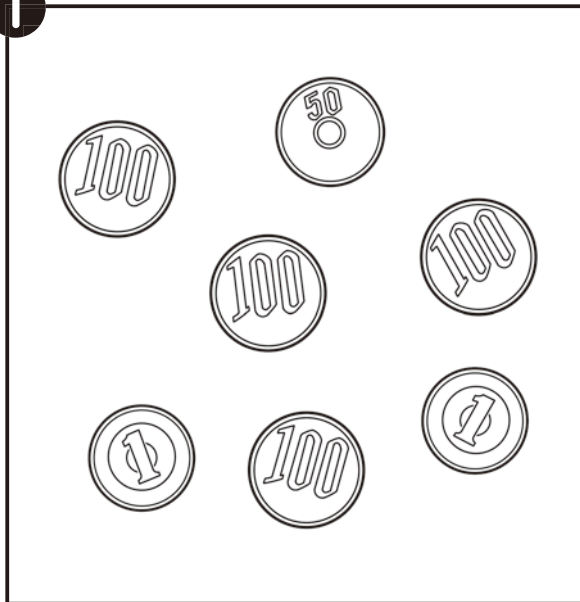
年 月 日 名前



合計はいくら？

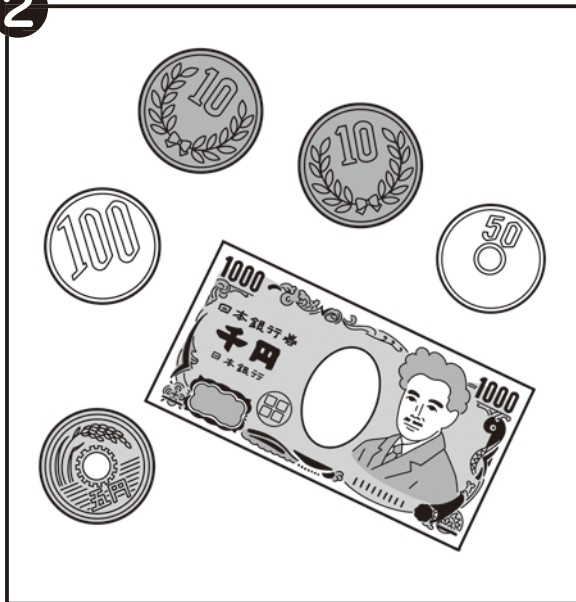
枠の中にあるお金を足すといくらになるでしょう？ それぞれの合計金額を下のマスに書き込んでください。

1



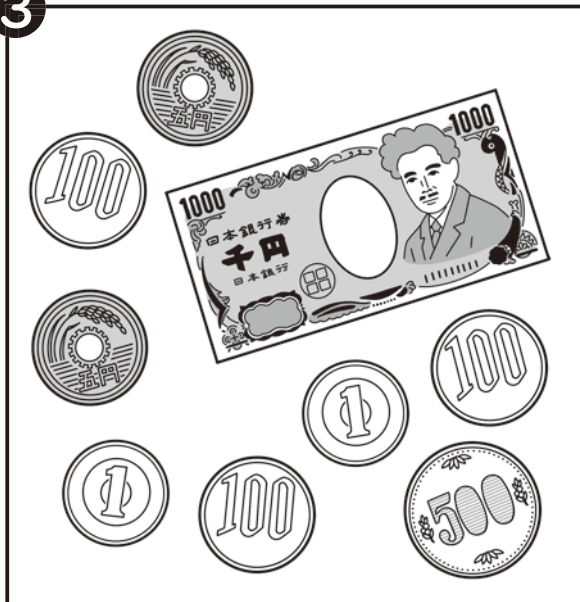
円

2



円

3



円

4



円

年 月 日 名前



まちがいさがし — 家族団らん 編 —

寒い日には鍋を囲んで家族団らんのひとときを過ごしましょう。下の絵は上の絵とちがうところが全部で7つあります。見つけたら○で囲んでください。



年 月 日 名前

足し算ぬり絵 (p.100)



あらわれた絵は

クリスマスツリー

難易度★★★



<パズルで脳トレ>

解答

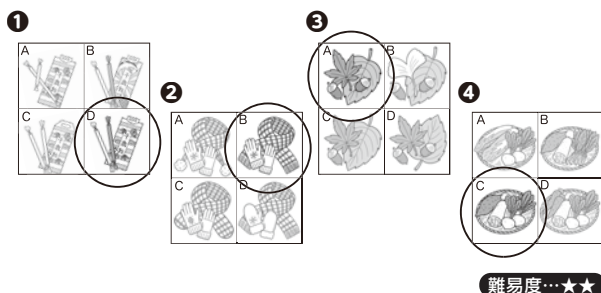
星の数でパズルの難易度を表しています。

難易度★ やさしい

難易度★★ ふつう

難易度★★★ むずかしい

同じものさがし (p.102)



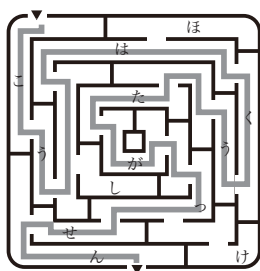
難易度★★★

言葉を作ろう (p.101)

- | | | | |
|---|-----|-----|-----|
| ① | 白鳥 | 青空 | 緑茶 |
| ② | 茶碗 | 白酒 | 青汁 |
| ③ | 青春 | 茶道 | 白髪 |
| ④ | 白雪姫 | 喫茶店 | 青信号 |
| ⑤ | 群青色 | 白虎隊 | 茶菓子 |

難易度★★★

ひらがな迷路 (p.104)



出てきた言葉は
こうはくうたがっせん

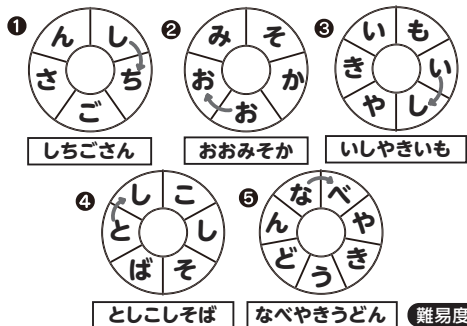
難易度★★★★

ことわざを作ろう (p.103)

- | | |
|------------------------|--------|
| ① (和) をもって貴しとなす | 余った文字は |
| ② 魚心あれば (水) 心 | |
| ③ (袖) 振り合うも多生の縁 | |
| ④ 笑う門には (福) 来る | |
| ⑤ (旅) は道連れ世は情け | |
| ⑥ 捨てる (神) あれば拾う (神) あり | 祝 |

難易度★★★★

輪になった言葉は? (p.106)



難易度★★★★

品物の名前は? (p.105)

- | | |
|--------|--------|
| ① かぼちゃ | ② はくさい |
| ③ こまつな | ④ かに |
| ⑤ いわし | ⑥ あじ |
| ⑦ わかさぎ | |

難易度★★★

数字をつなごう (p.108)



あらわれた絵は
ねこ

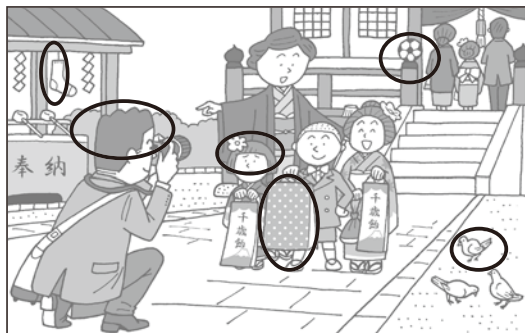
難易度★★★★

合計はいくら? (p.107)

- | | |
|---|--------|
| ① | 452 円 |
| ② | 1175 円 |
| ③ | 1812 円 |
| ④ | 2766 円 |

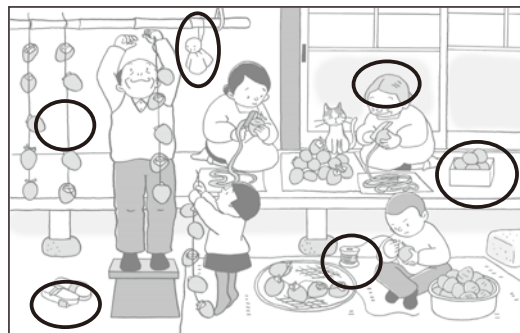
難易度★★★★

まちがいさがし
— 七五三 編 — (p.110)



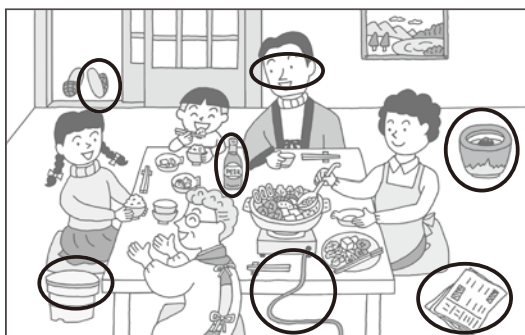
難易度…★★

まちがいさがし
— 干し柿作り 編 — (p.109)



難易度…★★

まちがいさがし
— 家族団らん 編 — (p.112)



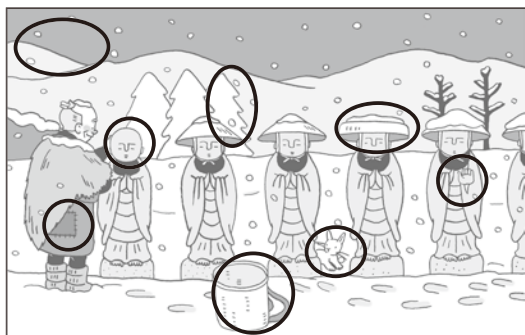
難易度…★★

まちがいさがし
— たき火 編 — (p.111)



難易度…★★

まちがいさがし
— かさじぞう 編 — (p.114)



難易度…★★★

まちがいさがし
— クリスマス 編 — (p.113)



難易度…★★★

まちがいさがし
— 紅白歌合戦 編 — (p.115)



難易度…★★★★