

We made the game named "Memory Card Game"

高齢者が楽しみながら認知症を防げるゲームの開発

メモリーカードゲーム

『遊び方①』 レベル★

- ① カードを裏返しにして並べる。
- ② カードをめくる順番を決める。
- ③ ひとりずつ1枚カードをめくり、めくったカードに書かれたテーマについて話す
- ④ 全員が話し終わった時点でゲーム終了

『遊び方②』 レベル★★

- ① カードを裏返しにして並べる
- ② カードをめくる順番を決める
- ③ カードを2枚目めくる
- ④ 2枚が同じ絵のカードなら、そのカードのテーマについて話す。話し終わったら、その人は上がり。同じでなければ次の人がカードをめくる。
- ⑤ 全員が話し終わった時点でゲーム終了



「このゲームはただの楽しいゲームじゃない！」

『工夫した点』

- ・カードの下を折り曲げることで、高齢者の方自身がめくれるようにした
- ・絵や大きな文字をカードに掲載することで、認識しやすいようにした
- ・高齢者の方が話しやすいテーマにした

『このゲームをすることで得られるメリット』

- ・ゲームを通して過去の思い出を思い出することができる
→精神を安定させ、認知機能も改善することができる (Cf.回想法)
- ・コミュニケーションをとることができる
→思考や感情に刺激を与えられる。また、相手の話に寄り添い受け入れる



ことで、安心感や満足感を与えられる

私たちはこのカードを「プラトーケアセンター 涌波本店」で実際に使用していただきました。そこでは、20～30人の高齢者の方々と、ルール①で行ったそうです。そしてプレイしてもらった後、プラトーケアセンターに勤めていらっしゃる山岸さんにインタビューをしました。以下が、質疑応答の内容です。

Q1 このゲームのどんなところがよかったですか？

A1 まず、カードの下部分が折り曲がっていたので、高齢者の方でも簡単にめくることができました。高齢者自身がカードをめくるということは今までしたことがなかったので、彼女らにとっては新鮮だったと思います。

Q2 このゲームの悪い点、改善すべきところがありますか？

A2 参加者の中には恥ずかしがり屋さんの人もいたので、そういう方は人前で話すのを躊躇っていました。

Q3 どのテーマが特に盛り上がっていましたか？

A3 「思い出の曲」「自慢したいこと」「今一番会いたい人」などですかね。

Q4 もう少し少ない人数で行うことは、やはり難しいのでしょうか？

A4 この施設がもう少し大きかったら可能ですかね…。高齢者のみなさんは帰る時間が近づくといトイレに行きたがり、その時はスタッフが手伝われないといけないので、今の状態では人手が足りなくなりますね。

Q5 スタッフの方の手伝いなしでのゲームのプレイは可能そうですか？

A5 やはりパツと答えられる人は少ないので、例を出して挙げたりするのは必要な。例えば「思い出の歌は？」というカードを引いて行き詰まっている人には「美空ひばりの〇〇とかは？」と声をかけたりしました。

『取材を終えて』

ゲーム自体は楽しかったと好評で良かった。カードの下に例を載せることで、施設のスタッフの方々の負担を軽減できると思った。ルール①で行うのであれば、カード一枚の大きさはA4ほどの大きなものにしても良いと思った。

あとがき

このゲームを私たちが開発しようと思ったきっかけは、身近な人が認知症になったことでした。人格が変わってしまい、以前のような快活さが無くなったり、外出をしなくなったりする方がいらっしゃるのだと実感しました。そのような経験から、楽しく認知症を予防するゲームを作ること、高齢者の方々とより幸せにできるのではないかと考えました。手先の器用さを失っていてもプレイがしやすいように工夫をしたり、若者とお年寄りが一緒に遊べるようなものにしたいと考え、試行錯誤して作成したのが、このメモリーカードゲームです。実際の介護現場で使いやすいものとなったかどうかを検証するために協力してくださったプラトーケアセンターさんに感謝申し上げます。プラトーケアセンターさんだけではなく、より多くの介護施設のレクリエーションでご活用いただき、少しでも多くの高齢者の方々に楽しんでもらえたらと思っています。

[回想法に関する参考文献]

Journal of Japan Academy of Gerontological Nursing Vol.9 No.2 pp.56~63, 2005 認知症高齢者に対する回想法の意義と有用性

以下Englishバージョンです

We made the game named “Memory Card Game”.

Our aim is to create a card game for elderly people to enjoy playing it and prevent dementia at the same time.

[How to Play] Level★

- ① Place all of the cards face down.
- ② Decide the order to turn cards.
- ③ Turn a card one by one and talk about the topic of the card you pick up.
- ④ When all people finish talking, game is over.



[How to Play] Level★★

- ① Place all of the cards face down.
- ② Decide the order to turn cards.
- ③ Turn two cards one by one.
- ④ If the cards have same pictures, talk about the topic of the card you pick up, and win and just listen to others for the rest of the game. If the cards don't have the same pictures, the next person turns two cards.
- ⑤ When all people finish talking, game is over.

[This game is NOT JUST FUN...!]

[Ingenuity]

-The cards are folded on the bottom side so that elderly people could pick it up easily

-The cards have pictures and large letters, so it is easy for elderly people to recognize.

-We chose a theme that is easy for the elderly people to talk to.

[Benefits you can get from this game]

-Elderly people can remind them of their past memories

→so they can stabilize the mind and improve cognitive function.

-can communicate with each other

→Thought and emotions are stimulated



[We gave it to ...]

We brought it to 「プラトールケアセンター 涌波本店」 and we asked them play it. After they played it, we interviewed Mr.Yamagishi, the administrator of プラトールケアセンター.

They played it with 20~30 people and they choose the rule ①.

Below is the question and answer.

Q1 Do the game have some good points?

A1 Yes, these cards are folded on the bottom side, so elderly people could pick it up without any difficulties. They do not often play “神経衰弱” because they cannot finish playing it, so playing the game is fresh to them.

Q2 Do the game have any bad points or the part we should change?

A2 There are some people who are shy, so some of them hesitate to tell their past stories in front of many people.

Q3 What was the most exciting theme for elderly people?

A3 It was ... “the memories song” “something you want to boast” “someone who you want to meet now”.

Q4 Is it difficult for you to play the game with a smaller number of people?

A4 If this center were larger than now, we may be able to do it...because many elderly people tend to go to the bathroom when they go back to their home, and at that time, staff have to help them, so we do not have enough members to play like that.

Q5 Is it possible for elderly people to play the game without any staff's help?

A5 There are few people who can answer the questions immediately, so we need to give some examples.

[Conclusion]

We can make elderly people enjoy through the game, so we are glad about that. I think if we add some examples on the cards, we can reduce the load on the staffs. If you play it with ルール①, you do not have to make the card like Trump cards size but a bigger size like A4.

[A Story Behind]

The reason why we decided to make this game was that someone close to us got dementia. We realized that there are people who lose energy and stop going out because of changes in their personalities. Through these experiences, we thought that if we make an enjoyable game which can prevent dementia, we can make elderly people happy. We wanted to make it possible for young people and elderly people to play together without any difficulties, so we tried to improve the design of the cards again and again. After making the game, we brought it to プラトールケアセンターさん to find out whether it is useful for the people who work at nursing homes. We sincerely appreciate their cooperation. We hope this game will be used at not only プラトールケアセンターさん but also more nursing homes for elderly people's recreation time. We are glad if many elderly people enjoy playing the game we created.

[Reference]

Journal of Japan Academy of Gerontological Nursing Vol.9 No.2 pp.56~63, 2005
Literature Review on the Significance and Effect of Reminiscence on the Elderly with Dementia

