

**【進め方】**

- ① 2チームに分かれ、それぞれのチームでビンゴ用紙に好きな数字を書き入れます。
- ② 1～25までの数字を書いたカードをチームに1組ずつ、裏返して置いておきます。
- ③ チームの代表者（順々に代わっていく）同士で、じゃんけんを行い、負けたら数字カードをめくって、相手チームに見せます。
- ④ 勝ったチームは、ビンゴ表に書いてあるその数字を消していきます。
- ⑤ ゲームを進め、早くビンゴになったチーム、またはたくさんビンゴができたチームの勝利です。

目的・効果

抑制力の改善、認知症予防、思考力のスピードアップ