

認知機能プログラムの3つの特長

- 1 認知機能にアプローチするエビデンスに基づき開発したものづくりキット
- 2 利用者の状態・ニーズにあわせて組み合わせることができるプログラム  
脳健康維持、MCI高齢者のアクティビティ、ひきこもり対策など、目的やサービスを提供したいお客様の特性に合わせて、キットの選定やプログラムを設計できます。
- 3 認知機能や身体機能の低下した方への対応を修得した講師  
健全な高齢者はもちろん、MCIや認知症の方への対応スキルを有する講師を「ものづくりアカンパニスト」として育成し、紹介しています。アカンパニストとは「伴奏者」という意味で、教え学ぶという関係ではなく、横で支え、共に時間を楽しむスペシャリストでありたい、という願いをこめた名称です。

テココロキットの特徴

レシピ

文字も大きく、写真でプロセスをわかりやすく解説したレシピ



チャレンジポイント

技術レベルを選択できる



作業分析されたキット

キットに記載されている作業分析詳細



ポイント

柄の出方や見え方をお好みで考える

テココロキットは5段階

テココロのキットは作りやすさや作業ボリュームなどを分析・評価をした5つグループに分かれます。

自分で楽しめる

自分で楽しみながら挑戦する

アカンパニストと楽しみながら作る※

アカンパニストのサポートを推奨する※

アカンパニストと挑戦する

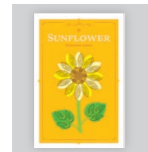
Vol.1掲載のキットは、※に分布します。今後ニーズに応じたキットが増えていきます。

実証研究で開催した全9回レッスン作品例紹介

「初回」の鉄板作品。共生教室でも60分で仕上がるため、自己紹介などを実施したり、どんな方が参加するかかわらない初回でも取り組みやすく満足度の高い作品です。



フェイクフラワーのポットアレンジ



ペーパーキリング サンフラワーのカード



うさぎのつまみ細工



マクラメ ネックホルダー



ペーパーキリング ラベンダーのカード



ブーケ付き 紙たたみほうき



つまみ細工でつくる うさぎとふくろうの つるし飾り



刺し子とリボンのブローチ



マクラメグリーンハンギング

同じ材料でも、みんな違う表情にしあがるかわいいうさぎは大人気。「一つはお孫さんに顔を仕上げてもらうの」と共同作業にした例も。

グリーンの変わりに小物入れにされたり、お花をたくさん飾ったりと、作った後をどう使うかも盛り上がる作品☆

商品番号 10058 標準価格:110円



4 595556 253582

お問い合わせ

株式会社グローバー

〒108-0073 東京都港区三田3丁目1番17号アクシオール三田4F402  
TEL: 03-6822-4115 (平日10:00~17:00)

Mail: [wellness@tecocoro.jp](mailto:wellness@tecocoro.jp)

<https://tecocoro.jp/>



テココロ

ものづくり認知機能プログラム  
テココロキットカタログ

vol.1

2025.4リリース 43種類

「テココロ」とマークは、(株)グローバーの登録商標です。



テココロキットとは、認知機能にアプローチするエビデンスのあるものづくりキットです



地方独立行政法人

東京都健康長寿医療センター研究所

との共同研究で得た成果をもとに

「認知機能維持・向上に期待できるキット」を開発。認知症専門の作業療法士を含む審査部会を通して作業工数や難易度を点数化、利用者のものづくり経験度や身体的衰えの状態に合ったキットを使用し、継続しても飽きない工夫がされています。作業療法的なつくりやすさだけでなく、思わず自慢したくなる素材選びや作品の完成度にもこだわっています。



このマークは審査部会で作業分析され、認められたキットにのみ表示されます

カタログに掲載されているキットはものづくりアカンパニストが開催するお教室などで学ぶことができます。

# テココロキット 「共生教室」にもおすすめなキットを難易度別に紹介します

デザイン/キット開発LAB.  
キット開発LAB.メンバー:  
中井恵子(監修)、村上佳子、梅本亜紀、中田啓子

★難易度は作業療法士が作業タイプ分類と複合性、頻度等を踏まえて算出したテココロオリジナル指標です

商品番号 10032  
お洒落なデコ箸袋(5個組)

難易度  
★☆☆  
1.00



イタリア製のおしゃれな紙を使って、ハレの日にぴったりな箸袋を作ります。造花をバラし、好みのお花を組み立てる作業がポイント。

●用意するもの: はさみ、印をつけるペン、セロハンテープ

チョイス

標準価格 2,200円

商品番号 10035  
リボンフラワーの小物ケース

難易度  
★☆☆  
1.16



簡単にまとめられる特殊な糸を使って、リボンで可愛い立体モチーフを作ります。キャンディー等を入れてもかわいい小物ケースです。

●用意するもの: はさみ、木工用接着剤、強力両面テープ(幅15mm)、定規

標準価格 1,870円

商品番号 10045 ベージュ/10046 ネイビー  
\*おしゃれな除菌デコボックス

難易度  
★☆☆  
1.20



除菌BOX(中身入り)を、布とブレードで飾り付けます。

●用意するもの: カッターナイフ、はさみ、木工用接着剤、強力両面テープ、油性ペン、目打ち(竹串でも可)

チョイス

標準価格 各2,475円

商品番号 10040  
フェイクフラワーのポットアレンジ

難易度  
★☆☆  
1.25



造花を使って、フラワーアレンジメントにチャレンジ。

●用意するもの: ニッパー、ハサミ、カッターナイフ

標準価格 3,960円

商品番号 10039  
クラフトテープでつくる箸置き

難易度  
★☆☆  
1.29



クラフトテープを割いて、結んで作るモダンな箸置きです。プレゼントや体験会にもおすすめな作品。

●用意するもの: はさみ、木工用接着剤、定規

標準価格 550円

商品番号 10036 スチールグレイ/10037 パールピンク  
ソフトコードのマルチストラップ

難易度  
★☆☆  
1.33



柔らかいコードで作るストラップです。お好みの長さに調整出来て肩掛けにもできます。ポイントに平結びを作ってアレンジしてください。

●用意するもの: はさみ、木工用接着剤、平ペンチ、セロハンテープ

標準価格 各1,980円

商品番号 10033  
ブーケ付き紙たたみほうき

難易度  
★☆☆  
1.60



紙製の畳を解く作業が楽しく、リボンを使った組み立てにも工夫があります。ほうきとしての用途はもちろん、飾っても素敵な作品です。

●用意するもの: はさみ、ニッパー、平ペンチ

標準価格 2,530円

商品番号 10038 ブラック/10034 ホワイト  
ビーズでつくるグラスコード

難易度  
★☆☆  
1.71



いろいろな種類のビーズを順番に通していきます。メガネチェーンのほか、マスクチェーンとしても使えます。

●用意するもの: はさみ、目打ち、平ペンチ、定規

標準価格 各1,980円

商品番号 10042  
刺し子とリボンのブローチ(2種)

難易度  
★★★  
1.75



縫い針と糸を使って、おしゃれな2つのブローチを作ります。ワンタッチでつけられるピンで簡単に仕上げることができます。

●用意するもの: 縫い針、黒い糸(刺し子糸はキットに含まれますが、仕立てる用の糸は別途必要です)、はさみ、鉛筆、白ボールペン、両面テープ、マスキングテープ、目打ち

チャレンジ

チョイス

標準価格 2,200円

商品番号 10044  
刺し子のブローチ 見本制作材料セット

※レシピなし (10042の刺し子ブローチ2個目用)



10042の刺し子のブローチのチャレンジポイント作品の見本用材料セット。

標準価格 1,100円

## つまみ細工シリーズ

つまみ細工とは、小さな布を『折り』『つまみ』モチーフを形作る、江戸時代に生まれた日本の伝統工芸です。

●共通して使用するもの: 木工用多用途接着剤、つまようじ、はさみ、クリップまたは洗濯ばさみ、ウェットティッシュ

商品番号 10043  
うさぎのつまみ細工

難易度  
★★★  
1.33



かわいい手のひらサイズのペアのうさぎの置物を作ります。専用の道具は使わずに、つまみ細工に挑戦しましょう。

●用意するもの: ほお紅、黒ボールペン、(つまみっこあれば便利)

チョイス

標準価格 2,420円

商品番号 10031  
つまみ細工でつくるリールキーホルダー

難易度  
★★★  
1.41



つまみ細工の技法、剣つまみを綿布で作ってグラデーションで変化をつけて、花に仕上げたリールキーホルダーです。

●用意するもの: つまみっこ

標準価格 2,904円

商品番号 10028  
つまみ細工でつくるミラーハットチャーム

難易度  
★★★  
1.42



ペットボトルキャップを使って帽子の土台を作り、グラデーションの糸を巻きつけ、つまみ細工の技法丸つまみで小さな飾りをつけます。ミラー(鏡)に仕上げたチャームです。

●用意するもの: つまみっこ、平ペンチ2本

標準価格 2,200円

商品番号 10029  
つまみ細工でつくるクリップつきブローチ

難易度  
★★★  
1.80



つまみ細工の代表的な丸つまみのお花で梅の花びらに仕上げます。舞妓さんのかんざしについている飾りと同じ作り方です。

●用意するもの: つまみっこ

標準価格 2,200円

商品番号 10041  
つまみ細工の小物ケース

難易度  
★★★  
1.85



コインケースやお薬いれにぴったりの手のひらサイズの小物入れ。専用の道具を使って、より細やかなつまみ細工に挑戦します。

●用意するもの: つまみっこ

チョイス

標準価格 2,420円

商品番号 10030  
つまみ細工でつくるうさぎとふくろうのつるし飾り

難易度  
★★★  
1.92



つまみ細工の技法は丸つまみでウサギの耳、ふくろうの頭とお腹を作っていきます。同じ丸つまみでも少し変化をつけて作った飾りです。

●用意するもの: つまみっこ

標準価格 2,970円

## マクラメシリーズ

商品番号 10009  
マクラメ フレームハンギング

難易度  
★☆☆  
1.30



基本の「ひと結び」でつくるフォトフレーム。チャレンジポイントでは「本結び」と「まとめ結び」でタッセルにも挑戦できます。昔の写真を飾って、記憶を引き出し脳の働きを活発にする心理療法「回想法」も期待が出来ます。

●用意するもの: チャレンジポイントバージョン: 接着剤



チャレンジ

標準価格 1,980円

マクラメ作家の瞳硝子先生をデザイナーに迎えたマクラメシリーズ。マクラメは紐を装飾や実用に使われる結びの技法。世界中で愛され文化として育まれてきました。身近に入手できる紐素材を使って手先を使うマクラメはリハビリや作業療法の世界でも長くとりいれられています。

●共通して使用するもの: マクラメボード、マクラメピン、はさみ、セロハンテープ、定規

デザイン  
瞳硝子



商品番号 10012  
マクラメ 巻き結びのキーホルダー

難易度  
★☆☆  
1.40



「左斜め巻き結び」で作るキーホルダー。チャレンジポイントでは「本結び」と「まとめ結び」でタッセルに挑戦。巻き結びは難しい結びと思われがちですが、実証実験の時にはサポート次第では、出来る結びであることがわかりました。

●用意するもの: ブラシ(くし)、接着剤



チャレンジ

標準価格 1,760円

商品番号 10014  
マクラメ サークルミラー

難易度  
★☆☆  
1.42



マクラメ雑貨でも人気のあるマクラメミラー。「ひと結び」の繰り返しで作ります。チャレンジポイントは「左斜め巻き結び」に挑戦します。

●用意するもの: とじ針(ヘアピンで代用可)、ブラシ(くし)、チャレンジポイントバージョン: 木工用接着剤



チャレンジ

標準価格 2,530円

商品番号 10010  
マクラメ 葉っぱモチーフのバッグチャーム

難易度  
★☆☆  
1.45



流行中の葉っぱモチーフのバッグチャームは簡単な方法の「平結び」で作ります。カットやブラッシングなど、結び以外にもコツのある作品です。

●用意するもの: ブラシ(くし)、マスキングテープ、接着剤、両面テープ(基本バージョン22cm、チャレンジポイントバージョン15cm)



チャレンジ

標準価格 1,540円

商品番号 10011  
マクラメ リストレットストラップ

難易度  
★☆☆  
1.55



三つ編みとまとめ結びで作るストラップ。スマホホルダーやミニバッグ、キーホルダーなどにも◎糸雲がとて手触りの良いひもなので、作っている時から優しい気持ちになります。

●用意するもの: 接着剤、目打ち

標準価格 1,100円

商品番号 10013  
マクラメ ネックホルダー

難易度  
★☆☆  
1.70



流行中のアウトドアコードで作るネックホルダー。「三つ編み」と「輪結び」で作ります。チャレンジポイントは「平結び」と「ロール結び」に挑戦。IDカードやスマホ、名札などを下げる場で幅広く使うことが出来ます。

●用意するもの: マスキングテープ、ライター



チャレンジ

標準価格 1,650円

商品番号 10047  
マクラメグリーンハンギング

難易度  
★☆☆  
1.80



日常でも使われる「ひと結び」でつくるグリーンハンギング。チャレンジポイントには「左右結び」に挑戦。グリーン以外にも、ペンなど小物をいれたハンギングとしてもおしゃれに活用いただけます。



チャレンジ

標準価格 2,530円

## テココロキット 2025年4月リリース

デザイン キット開発LAB.  
キット開発LAB.メンバー: 中井恵子(監修)、村上佳子、梅本亜紀、中田啓子

商品番号 10051 ネイビー/10052 ホワイト  
イオンパワービーズと磁器ビーズのブレスレット

難易度  
★☆☆  
1.83



イオンパワービーズと磁器ビーズを使ったおしゃれなブレスレット。形状記憶ワイヤーに通して作ります。ビーズをお好みで並べて自由なデザインを楽しむことができます。

●用意するもの: 平ペンチ、多用途木工用接着剤、つまようじまたは目打ち、はさみ

サイズ: フリーサイズ  
制作時間目安: 30~60分

チョイス

標準価格 各2,530円

商品番号 10053 シルバー/10054 ゴールド  
ドールチャーム

難易度  
★☆☆  
1.70



様々な形のビーズやパーツを使って、足や手のパーツを作り、徐々に人形型へ仕立てていく工程が楽しめる作品です。揺れるドールチャームは付属のボールチャームでバックにつけたり、ブローチやペンダントにしてもかわいい作品。

●用意するもの: 平ペンチ、丸ペンチ、ニッパー、ものさし  
ドール部分仕上がりサイズ: 約6×4cm  
制作時間目安: 60分

標準価格 各1,980円

商品番号 10055  
花とビーズと水引でつくるハーバリウム

難易度  
★☆☆  
1.37



ハーバリウムとは「植物標本」という意味で、お手入れ不要なお花のインテリアとして人気があります。専用のオイルは、肌にも優しい引火点250°C以上の高級専用オイルを使用しており、手袋なしで制作できます。お花(ドライフラワーやブリザーブドフラワー等)とカラフルな水引やビーズを使って、小さな瓶の中にお好みの空間をデザインできる作品です。タッセルつきボトルは縦にも斜めにも置けるおしゃれな仕様です。

●用意するもの: 平ペンチ、多用途木工用接着剤、つまようじまたは目打ち、はさみ

サイズ: 約11×8.5cm  
制作時間目安: 30分

チョイス

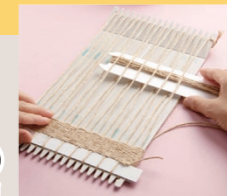
標準価格 2,640円

## 輪織りシリーズ

手軽に織りを楽しむためクラフト作家・歌川智子が考案する専用織り機「おりりん(R)」でつくる、画期的な新技法「輪織り」シリーズ。

●共通して使用するもの: おりりん(ecoおりりん)、シャトル&クシセット、はさみ、両面テープ、マスキングテープ、木工用接着剤、爪楊枝2本、養生テープ、油性マジック

おりりん  
織り輪



デザイン  
歌川智子



商品番号 10027  
輪織りの麻ひも×デニムバック

難易度  
★☆☆  
1.57



太めのデニム素材を織り込むので手織り未経験者でも扱いやすく、輪織りの基本を学びながら簡単に仕上げる方法が詰まっています。

●用意するもの: 使用織り機サイズ縦32×横15cm

標準価格 1,430円

商品番号 10015 ピンク/10016 青  
\*輪織りのスクエアボックス【初回限定価格】

難易度  
★☆☆  
1.45



無機質なペンケースに手織り地をあしらうことで、温もりあるハンドメイド作品に大変身! チャレンジポイントはフルサイズのカバーに挑戦します。お好みでサイズを変えて楽しみましょう。

●用意するもの: 使用織り機サイズ縦32×横15cm

標準価格 各1,430円

### 輪織りシリーズで使う専用道具

商品番号 43047 ecoおりりん(ダンボール)

サイズ15cm×32cm(織地15cm×15cm)のダンボールシート3枚入り

標準価格 1,100円



使い方  
ガイド  
付き

## 協会・企業×テココロ コラボキットシリーズ

### ペーパークイリングカードシリーズ

クイリングとは細長い紙を巻いて渦巻き型のモチーフを作り、モチーフ同士を張り合わせて装飾図案を作る手芸です。テココロで扱うクイリングシリーズは、「ポタニカルクイリング・ジャパン」に協力をいただいたテココロオリジナルシリーズです。作るパーツの個数を変えてデザインを変えられる「チャレンジポイント」「チョイスポイント」のある作品です。

●共通して使用するもの：【商品番号 10048】クイリングツール(標準価格 330円)(スロットツールと呼ばれる割れ目があるもの)、【商品番号 10049】円定規(標準価格 660円)(6,8,10,12mmの円を使用)、のり(木工用接着剤または「ペーパーケレイ」など紙用の乾いたら透明になるもの)、のりを出しておくもの(お弁当に入れる銀紙のカップやPPシートなどなんでもOK)、爪楊枝、はさみ、【商品番号 10050】ピンセット(標準価格 506円)(真っ直ぐなタイプ、できればつまむ面に滑り止めのギザギザが無いもの)

商品番号 10017 難易度 ★★☆☆ 1.20  
スノーダイジーのカード



チャレンジ  
チョイス

標準価格 1,562円

商品番号 10018 難易度 ★★☆☆ 1.20  
サンフラワーのカード



チャレンジ  
チョイス

標準価格 1,562円

商品番号 10019 難易度 ★★☆☆ 1.20  
トマトのカード



チャレンジ  
チョイス

標準価格 1,562円

商品番号 10020 難易度 ★★☆☆ 1.20  
サクラのカード



チャレンジ  
チョイス

標準価格 1,562円

商品番号 10021 難易度 ★★☆☆ 1.20  
ナノハナのカード



チャレンジ  
チョイス

標準価格 1,562円

商品番号 10022 難易度 ★★☆☆ 1.20  
ラベンダーのカード



チャレンジ  
チョイス

標準価格 1,562円

### 戸塚刺しゅうシリーズ (キットには針糸つき)

【戸塚刺しゅう】はヨーロッパの刺繍をもとにして、日本人の感性や刺し進めやすさに合わせてアレンジしたもので、様々な手法を取り入れ、たくさんのステッチを組み合わせることで豊かな深みのある表現を楽しむことができる刺繍です。『戸塚刺しゅう協会』は1952年に創設し、日本のみならず海外におきましても長年にわたり刺繍の普及活動に力を注いでいます。

商品番号 10002 難易度 ★★☆☆ 1.69  
地刺しのブローチ



チョイス

標準価格 1,980円

商品番号 10001 難易度 ★★☆☆ 1.75  
花刺繍のハンカチ



●用意するもの：刺繍枠(外径10cm程度、ハンカチが張ればOK)、はさみ、チャコペーパー、鉄筆(インクのでないボールペンで代用可)、(糸通し※があると便利)

チョイス

標準価格 2,200円

商品番号 10003 難易度 ★★☆☆ 1.86  
刺繍モチーフのミニポーチ



●用意するもの：はさみ、布やビニール対応の接着剤(ポンド「ウルトラ多用途SU」推奨)、(糸通し※があると便利)

標準価格 1,980円

### 糸掛けまんだらシリーズ

糸掛けまんだらとは、糸を釘にひっかけて作る曼荼羅アート的一种です。シュタイナー教育で使われていた糸かけが発祥と言われています。テココロが扱う糸かけシリーズは、「糸かけでココロとカラダのリハビリを」をコンセプトにした糸かけリハビリテーション「いとりは」に協力いただいたテココロオリジナルシリーズです。全レッスンで糸を複数色から選べるチョイスポイントが入ります。

●共通して使用するもの：はさみ、両面テープ

商品番号 10024 難易度 ★★☆☆ 1.22  
糸かけインテリア雑貨  
いとりは9ピンのモチーフ



チャレンジ  
チョイス

標準価格 2,640円

商品番号 10025 難易度 ★★☆☆ 1.33  
糸かけインテリア雑貨  
いとりは10ピンのモチーフ



チョイス

標準価格 2,640円

商品番号 10023 難易度 ★★☆☆ 1.27  
糸かけインテリア雑貨  
いとりは8ピンのモチーフ



チョイス

標準価格 2,640円

商品番号 10026 難易度 ★★☆☆ 1.40  
糸かけインテリア雑貨  
いとりは11ピンのモチーフ



チョイス

標準価格 2,640円



※画像は完成イメージです。

最新のテココロキットはオンラインショップをご覧ください

カタログ掲載時より仕様変更、価格変更の可能性があります。詳細はオンラインショップをご確認ください。

### ワイヤーモールシリーズ

密度の濃いモフモフのモールを使ってつくります。キラリと光るビジュアールが使われているのもポイント。

●共通して使用するもの：接着剤(ポンド「ウルトラ多用途SU」推奨)、接着剤用ヘラまたはつまようじ、両面テープ、はさみ、ニッパー

商品番号 10006 赤 / 10007 紫 / 10008 橙 難易度 ★★☆☆ 1.33  
\*ワイヤーモールでつくる  
インテリアフラワー～アネモネ～



●用意するもの：ペンチ、仮止めクリップ1個、つまようじ2本、セロハンテープ

サイズ：約9cm×23cm

標準価格 各1,980円

商品番号 10004 難易度 ★★☆☆ 1.35  
\*ワイヤーモールでつくる  
インテリアフラワー  
～ミニチューリップ(2色)～



サイズ：約5cm×13cm/1本

標準価格 1,320円

商品番号 10005 難易度 ★★☆☆ 1.38  
\*ワイヤーモールでつくる  
バッグチャーム～レモン～



サイズ：レモン大 約5cm×8cm  
レモン小 約4cm×5cm

標準価格 2,420円