

レクリエーション企画書

【実施日時】 年 月 日 (: ~ :)

【担当者】 _____

【参加人数】 _____ 名

【企画名】

ビリヤードボーリング

【レクリエーションの目的】

- ・腕や手の動きを使い、上肢機能を促す
- ・狙って当てることで集中力と判断力を養う
- ・ゲーム感覚で楽しみながら達成感を得る

【レクリエーションの効果】

- ・上肢の筋力維持とコントロール促進
- ・見ている物に合わせて手を動かす力が向上
- ・的を倒すことによる爽快感や意欲の向上

【レクリエーションの内容】

1. 横長のテーブルを準備し、利用者は狭い側に椅子で座る。
2. 反対側にトイレットペーパーの芯を5個並べ、その上にカラーボールをのせる。
3. 両サイドをクッション材でガードし、ゴルフボールが落ちないようにする。
4. ゴルフボールは10個用意し、利用者は棒を使って、ゴルフボールを押し出す。
5. ゴルフボールを転がしてトイレットペーパーの芯を狙い、倒した数を競う。

【実施中の注意点】

- ・新聞紙の棒はしっかり作り、使用中に壊れないようにする
- ・ゴルフボールが勢いよく飛ばないようにあらかじめ説明する
- ・倒れたボールや芯をスタッフが回収して次に備える

【リスク管理】

- ・転倒を防ぐため必ず座位で実施する
- ・テーブルの側面をクッション材でカバーし、ボールの飛び出しによる事故を防ぐ
- ・棒や段ボールの端を安全に加工し、手を傷つけないようにする

【必要物品】

- ・横長テーブル
- ・椅子(1脚)
- ・トイレットペーパーの芯(5個)
- ・カラーボール(芯の上に置く用)
- ・ゴルフボール(10個程度)
- ・新聞紙を丸めた棒(先端に段ボールを取り付けたもの)
- ・クッション材(テーブル両サイド用)

【動画】

