

## 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】

みんなで投扇興(とうせんきょう)

### 【レクリエーションの目的】

- ・伝統的な遊びを通じて、懐かしさや会話を引き出す
- ・扇子を投げることで、自然に腕や肩を動かす
- ・順番を守って遊ぶことで、協調性を育む

### 【レクリエーションの効果】

- ・腕や手を使うことで、上肢の運動になる
- ・的を狙うことで、集中力や目と手の協調性が高まる
- ・成功体験を得やすく、笑いや達成感を味わえる

### 【レクリエーションの内容】

- 1、テーブルを置き、その上にある程度の高さがある台を設置する
- 2、台の上に人形を立てて準備する
- 3、利用者はテーブルの周囲に椅子に座って待機し、スタッフが扇子を渡す
- 4、合図とともに、利用者が順番に扇子を投げて人形を倒す
- 5、人形が倒れるまで、全員で順番に繰り返す

### 【実施中の注意点】

- ・投げる強さを調整できるように声かけをする
- ・椅子の位置を工夫し、無理のない姿勢で投げられるようにする
- ・扇子が当たらないよう、投げる人以外はしっかり待機してもらう

### 【リスク管理】

- ・投げた扇子が周囲に飛ばないように、距離や向きを調整する
- ・人形や台が倒れて危険にならないよう、安定したものを使用する
- ・転倒予防のためスタッフが後方から付き添う

### 【必要物品】

- ・テーブル
- ・高さ30cm程度の台
- ・人形(安定して立てられるもの)
- ・扇子(人数分)
- ・椅子(人数分)

### 【動画】

