

## 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】

みんなで風船噴射

### 【レクリエーションの目的】

- ・大きな動きをすることで、自然に体を動かす
- ・みんなで一緒に取り組むことで、協力や一体感を味わう
- ・風船を飛ばすことで、笑顔や楽しさを引き出す

### 【レクリエーションの効果】

- ・うちわであおぐことで、腕や肩の運動になる
- ・風船の動きを目で追うことで、注意力や反応力が高まる
- ・全員で達成感を味わえることで、気持ちが明るくなる

### 【レクリエーションの内容】

- 1、テーブルを準備し、その中央にボールプランタースタンドを置く
- 2、スタンドに円柱の袋(両サイドが開いているもの)を取り付ける
- 3、中に風船を10個ほど入れて準備する
- 4、利用者はスタンドの周りに椅子で座り、うちわを持って待機する
- 5、合図とともに、全員でうちわを使って円柱の袋の中の風船をあおぐ
- 6、風船がすべて上から出るまで続ける

### 【実施中の注意点】

- ・強く扇ぎすぎて他の利用者に風が当たりすぎないように声かけする
- ・椅子の位置を調整し、無理なくうちわを振れるようにする
- ・風船が飛んで周囲に散らばっても安全に拾えるよう、スタッフがサポートする

### 【リスク管理】

- ・風船で転倒しないように、床に落ちた風船はすぐに片付ける
- ・立ち上がり座ってできるように説明し、転倒を防ぐ
- ・うちわを振るときに、隣の人とぶつからないように間隔を取る

### 【必要物品】

- ・テーブル
- ・ボールプランタースタンド
- ・円柱の袋(両サイド開口タイプ)
- ・風船(10個程度)
- ・うちわ(人数分)
- ・椅子(人数分)

### 【動画】

