

## 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】

くるとカップインゲーム

### 【レクリエーションの目的】

- ・ボールをねらって転がすことで集中力を高める
- ・腕や手を動かして体をほぐす
- ・カップに入ったときの喜びをみんなで共有する

### 【レクリエーションの効果】

- ・腕や肩を動かすことで日常動作がスムーズになる
- ・「入るかな？」というドキドキ感で楽しみながら頭が活性化する
- ・成功や失敗をみんなで笑い合い、交流が深まる

### 【レクリエーションの内容】

- 1、フラフープを半分にし、1組用意する
- 2、フラフープの内側に段ボールを組み合わせ、先端にプラカップをひもで吊るす
- 3、全体を台に固定し、両サイドにプールのスティックを置いてボールが散らばらないようにする
- 4、利用者は椅子に座り、スタッフからボールを受け取る
- 5、段ボールを伝ってプラカップに入るようにボールを転がす
- 6、入ったら大きく声をかけてみんなで盛り上げる

### 【実施中の注意点】

- ・無理に力を入れず、ゆっくり転がしてもらるように声をかける
- ・ボールを拾うときはスタッフが先行し、利用者に負担をかけない
- ・安全に楽しめるように周囲の環境を整えておく

### 【リスク管理】

- ・椅子から立ち上がらないように見守る
- ・プールのスティックや台が動かないように安定させる
- ・ボールが顔や体に当たらないように配慮する

### 【必要物品】

- ・フラフープ(半分にしたものを1組)
- ・段ボール
- ・プラカップ
- ・ひも(プラカップを吊るす用)
- ・台(全体を固定する用)
- ・プールのスティック(両サイド用)
- ・ボール
- ・椅子(利用者1人分)

### 【動画】

