

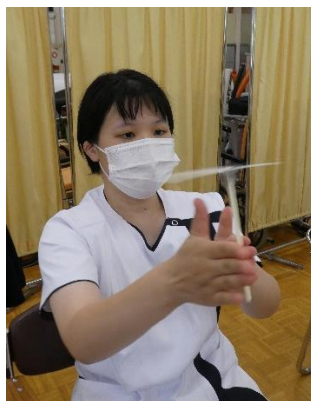
福祉科1年生 レクリエーション講習会

令和4年7月21日(木)に、岐阜県レクリエーション協会より講師をお招きし、レクリエーション講習会を実施しました。デイサービスセンターでの初めての介護実習を間近に控えた1年生を対象に、高齢者施設でもできる体操や小物づくりなどを教えていただきました。はじめは緊張した面持ちでしたが、レクリエーションを通して体を動かしたり声を出したりしているうちに緊張がとけ、「できる・できないではなく、笑うことが大切だ」というレクリエーションの意義を学ぶことができました。今回教えていただいたことを施設でも実践していきたいと思えます。

ADL 体操



小物づくり



- ・風車
- ・紙飛行機
- ・竹とんぼ
- ・新聞紙ヨーヨー
を作りました。

生徒の感想

- ・ADL体操をしてみると、とても楽しく、自然と笑顔になった。笑うと免疫力がつくと教えていただき、間違えてもたくさん笑って楽しく参加することが大切だとわかった。家族にもこの体操を伝え、少しでも体が動くようになれば良いと思った。
- ・ADL体操は筋肉や骨などからだに負荷をかけて機能低下を予防するのだと学んだ。楽しく音楽にのりながら健康な体作りができることを知れて良かった。
- ・小物づくりは、簡単な材料や手順でできるのが良いと思った。自分なりに工夫して施設の利用者の方に楽しんでいただけるようにしたい。