

福祉科1年 レクリエーション講習会

令和7年7月8日(火)に、瑞穂市レクリエーション協会理事 三島啓子氏より「デイサービスセンターで活用できるレクリエーション活動」について学びました。

アイスブレーキング

緊張を取り除くための身体を使った簡単な運動をしました。



大きく全身を開いて、声を出すのがポイント！

腕をしっかり伸ばすことで、ストレッチ効果抜群！



新聞を活用したレクリエーション



足だけで新聞を折ります



足だけで新聞を好きなだけ破りました



バラバラになった新聞をパズルのように元に戻して이었습니다



身近にある新聞を使うだけで、折る・破る・組み合わせる・棒にして体操するなど、さまざまな活用方法があることを知りました。デイサービスセンターでの介護実習中に、自分たちでレクリエーションを実施する機会があります。今回学んだことを生かし、利用者様に喜んでいただけるような内容を実習メンバーと一緒に考えていきたいです。