

レクリエーションの目的・意義

1班(吉川・西川・今西・伊藤)	2班(玉置・山本・大瀬・石本)	3班(山本・西川・柴田・橋本)
1班(吉川・西川・今西・伊藤)	2班(玉置・山本・大瀬・石本)	3班(山本・西川・柴田・橋本)
燃焼系・燃消系	メンタル系	介護予防
指先を動かす	生きるための楽しみ	ADL向上 機能回復
美味しく食事を食べるため	外出し、気分転換を図る	病気の進行を遅らせる
運動身体を動かす。	精神的に辛いことを忘れる	認知症の進行の予防
リハビリ	笑顔になる	物忘れの予防
楽しみながら身体を動かす	笑って過ごせる	脳トレーニング
機能維持	元気になる	脳を使う機会を作る
体調の維持	息抜き	食事系
五感系	ストレス発散	自分で作ってそれを食べる喜び
おいしいと思って頂き食べる意欲に繋げる	運動系	美味しい物を食べる
変わったの物を見たり聞いたり刺激になる	機能の維持向上	外食外出を楽しむ
五感を刺激する	身体機能の維持向上	食材の使い方を広げ合う
意欲を出す	「運動」というと腰が重いのでゲーム等で身体を動かして	栄養・食事面の充実
天気・季節・準備持ち物への関心を持つ	機能訓練	仲間作り 友人作り
ご関係	運動の機会の場	利用者の役割を作る
急には話は出来ないので企画を通して友人作り	コミュニケーション系	家で出来ないことを出来る
他人と話をする	他者との交流	家族と出来ないことをする
会話を楽しむ	他の方と仲良くなれる	話題作り
知っとるけ～	他のご利用者との交流	利用者の事をよく理解できる
自分のみや家族のみでは体験出来ない体験	一緒に過ごしておられる方とコミュニケーションが図れる	新しい職員を知って貰う
出来ることを見つけたる発見が出来る	楽しみ発見系	みんなで同じ事を取り組む 連帯感
自分の出来ることを見つけて貰う機会	趣味を活かせる	職員と楽しむ
生涯現役 生涯勉強	何に興味を持たれるのかを知ることが出来る	自信を持って貰う
ちいちいばっぱ(回想法)	職員、他の利用者がその人のことを理解でき新しい発見	昔の思い出を思い出して貰う
昔の記憶を取り戻す	来て楽しむことが出来る	昔の出来事を思い出す
若かりし頃を思い出す	楽しみ作りのきっかけ	若いときの夢を叶える
思い出す	やりたいことを見つけていただく	社会参加
昔のことを思い出す	刺激系	今の流行や社会を知って貰うため
頭の体操で認知予防	単調な生活に刺激を与える	今の世の中の情報を知って貰う
頭を使う	毎日の日々のメリハリ	社会参加の意欲作り
脳に刺激を与える	勝負にこだわる	ルールを理解する
安心系	季節を感じる事が出来る	制度や資源を知って貰う
スタッフの顔見たら安心する	季節感を感じる	生き甲斐作り
げら(笑うこと)	活動量の増加による食欲増加	気分転換
笑わせたい	生活リズムを作る	生き甲斐作り
笑ってもらうため	昔の歌などで若い頃を思い出して貰う	心の元気を取り戻して貰う
笑う	予防系	目標を見つけて達成感を味わう
声を出す	認知症の進行予防	やれば出来るという自信
発散しとるけ～	認知進行防止(刺激)	物を作り上げる喜び
有意義な時間を過ごしていただく	認知症の進行を遅らせる	意欲の向上
ストレス解消 時間を忘れる		前向きに気分向上
楽しんどるけ～		まだまだ自分らしく出来る事を気づいて貰う
また参加したいと思っていただく		若い頃を思い出す
楽しみを増やす		衛生管理服装おしゃれに関心
気分転換		笑顔になって貰う
		会話コミュニケーション
		他人との会話を楽しんでいただく
		窮屈な時間を減らす
		引きこもり予防
		笑顔を引き出す
		日頃の日常を忘れていただく
		ストレスを減らす