

令和〇年度 3月行事レクリエーション実施計画書

1. 行事・種目名 座ったままOK！「巨大ひな壇ボウリング」大会

2. 実施目的

- 身体機能維持：ボールを「掴む・放す・転がす」動作により、上肢可動域の維持・拡大を図る。
- 認知刺激：雛人形を模したピンを狙うことで集中力を高め、季節の行事への関心を促す。
- 交流促進：競技を通じて利用者同士の応援や声掛けを増やし、心理的充足感を得る。

3. 開催日時・場所

- 日時：2026年3月3日（火） 14:00～15:00
- 場所：施設内 デイルーム（共有スペース）

4. 準備物および環境設定

- ピン：装飾済みペットボトル（1.5L～2L）10本
- ボール：ソフトドッジボール（または新聞紙を丸めて固めたもの）2球
- 設営：投球ラインからピンまで約3mのスペースを確保（車椅子の旋回スペースを含む）。
- 備品：スコア表、ホワイトボード、養生テープ（ライン用）、景品（ひなあられ等）

5. 競技ルール・進行手順

- 整列：ピンをひな壇状（前列から1-2-3-4本）に配置する。
- 投球：椅子または車椅子に座った状態で、1人2投連続で投球する。
- 得点：倒れた本数×10点。ただし、最後列の「お雛様・お内裏様」は1本当たり20点。
- 表彰：合計得点の高い上位者を表彰。参加者全員に季節のおやつを提供する。

6. 障害特性に応じた配慮（安全管理）

- 転倒防止：投球時に前傾姿勢となり転落するリスクを避けるため、職員が側方でガードする。
- 自助具：投球が困難な方には、段ボール製のスロープ（樋）を使用し、微細な力で参加を支援する。
- 回収：ボールの回収は職員が迅速に行い、利用者が席を立って追いかけないよう徹底する。

7. 予算案

- 材料費：0円（リサイクル品および備品を活用）
- 景品代：○○円（施設行事費より支出）

8. 特記事項

- 感染症対策として、ボールの使用前後には手指および用具の消毒を徹底する。
- 体調不良者の有無を事前に確認し、無理のない範囲での参加を促す。