

## 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

1. **整列：** ピンをひな壇状（前列から1-2-3-4本）に配置する。
2. **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。
3. **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。
4. **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、利用者が席を立て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：** 〇〇円（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。**