

導入編

レクリエーション体験中!

本番編

締め編

デイサービスセンターさくら

ギラギラと照りつける夏の日差しに透けて、涼し気な印象を与えてくれるステンドグラス。いつもとは違う絵の具で塗り絵をして、ステンドグラス風の作品を作りました。



太陽の光でキラキラ! 不思議な絵の具で塗り絵に挑戦!



色を塗るだけでステンドグラスみたいになるなんて不思議

色の組み合わせを考えるのが楽しかったです!

ゆっくりだったからできるわ

概要

- 参加者12名 (男性1名、女性11名) スタッフ2名(進行含む)
- 実際にかかった時間 60分 (導入編15分 本番編40分 締め編 5分)
- ご協力施設 デイサービスセンターさくら
- レク担当 石川真紀さん

導入編 15分



石川さんコメント
始めはゆっくりとしたスピードにして、できない!とならないように、楽しみながらすることを心がけました。

細かい塗り絵をするのでしっかりとアイズブレイクをして手先をほぐします。「ちゃちゃつぽ」の歌は早口言葉のように発言しづらい言葉が多いので、頭の体操にもなります。肩の力を抜いてリラックスしながら行います。

体験編

付録



😊 石川さんコメント

集中力が続かない方もいます。その方へはできるだけ声をかけて、最後までできるようにフォローしました。

完成!

個性があふれた作品ができました



全部、塗れたかしら?

慣れてくると次はどの色にしよう?と考へながら色を塗っていきます。悩まれている方には「好きな色を好きところに塗っていいですよ」とアドバイスしながら進めます。



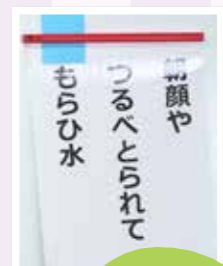
😊 石川さんコメント

これは私たちが難しかったので(笑)、できないことを笑ってもらおうとお手本を披露しました!

続いてペアになってチャレンジ。誰とペアになるのかをきちんと説明してから始めます。できることを目標にせず、コミュニケーションをとることを目標にしました。

あら、間違えたわ(笑)

あなたが手を開くのよ!



そんな意味があるのね、素敵!



😊 石川さんコメント

俳句の説明は緊張しました! 皆さんよくご存じなので、ひとつひとつの言葉を教えてもらう気持ちで説明をしました。

夏の花と言えば?の問いかけに「ひまわり」「あさがお」と出てきたら写真を見せます。すると「わあ!」「きれいね〜」と歓声があがります。そして、「俳句があるのを知っていますか?」と穴埋め問題へ。知っている方はすぐに答えられるのであまり時間をかけずに俳句の説明へ入りました。

😊 石川さんコメント

皆さん、素晴らしい集中力でした。でも、集中し過ぎると疲れてしまうので、時々休憩するように声をかけることも大切です。

締め編 5分

😊 石川さんコメント

身体をほぐすのが目的なので、みんなで一緒にあわせそれぞれのペースで体操してもらいように進めました。



腕を回すと肩が楽になるわ



ずっと下を向いて集中していたので、固まった体をほぐしましょう。深呼吸をしてリラックスしてから、ゆっくりと腕を上げて後ろへ回します。慌てずに皆さんのペースを見ながら進めましょう。

本番編 40分

いつもの塗り絵とは違うので、シートやペンの説明、どこを塗るのかなどを丁寧に説明してから塗り絵をスタートします。ペンの使い方慣れるまでは、1人ずつ声をかけながら進めていきます。



細かいところは竹串を使います



絵の具で直接塗っていきます



どの色にしようかしら!?



社会福祉法人桑の実会
デイサービスセンターさくら
埼玉県所沢市小手指町4丁目18番地1
TEL.04-2941-5544

Q. 今回のレクはどうでしたか?

A. ずっと同じ作業が続くので、色の組み合わせを考えると楽しめたらいいなと思いながら進めました。集中力がある方とない方がいますし、それぞれの関係性もありますから、座る位置もあらかじめ考えました。やはり完成する喜びを感じて欲しいので、自分のテンションをどう持っていかかなど、事前にシミュレーションをしました。その甲斐があって全員、作品を完成することができてうれしかったです。これに尽きませぬ(笑)。



いしかわまきこ
石川真紀さん
父が薦めてくれた介護職について約15年。専門学校を卒業後、在宅介護を経てデイサービスへ。「来てくださる方全員と必ず言葉を交わし、少しでもいいから笑っていただくことをモットーに、日々皆さんと向き合っています。技術や知識をもっと高めていけるように介護の勉強を続けていきたいです」