

初めての取り組みです。

1月27日、㈱電通発案の「ゆるスポーツ」のトライアルをひとりざわで実施しました。

「ゆるスポーツ」とは…

ご高齢者が手軽に出来るレクリエーションとして付けた名前だそうです。

㈱電通さんは、レクリエーションソフトの開発を行っており、一人でも多くのご高齢者のリハビリに繋がればとの気持ちで取り組んでいます。

今回ひとりざわで実施したレクリエーションは、『こたつホッケー』『天井花火』『トントンボイス相撲』の3種です。

①こたつホッケー

こたつに入りながら行うエアホッケーです。

こたつ上に外枠とみかんが映し出され、湯呑みではじき相手ゴールに入れると点数が入ります。



②天井花火

天井に映し出された的に向かって風船を投げます。

風船が当たった場所が、的の中心に近いほど高得点が入ります。

高得点の時は大きな花火が打ち上がります。



