

生活機能再創造プログラムを参加体験型で学ぶ！介護現場や地域活動に役立つ実践が満載！

# ケアレク100 連発 セミナー



エフステージ白木せいかつのテイ 作業療法士

## 山口健一

介護エンターテイメント協会 代表 / 作業療法士

## 石田竜生

実際に現場で行われている「レク」を行うことが目的にならないための手段・ツールを大公開！！

- ①レクを目標達成型プログラムのツールにする
- ②「レク当番だから…」「とりあえずレク…」という意識を変える！
- ③レクのマンネリって悪いこと!? 効果が出せるマンネリは悪くない！
- ④日常の生活やケアにレクの視点が入ると QOL が向上する
- ⑤レクは単なる楽しみ目的の集団活動ではない！



**東京会場** 2019年 **3月9日** (土) 10:00 ~ 16:00  
会場：CIVI 研修センター日本橋  
(JR 総武本線「新日本橋」駅徒歩2分)

**参加費** 10,000 円 (税・資料代込)

**福岡会場** 2019年 **3月16日** (土) 10:00 ~ 16:00  
会場：リファレンス駅東ビル貸会議室  
(JR 博多駅筑紫口から徒歩5分)

**大阪会場** 2019年 **3月23日** (土) 10:00 ~ 16:00  
会場：大阪私学会館 (JR 東西線3番出口より西(右)へ徒歩2分)

当日のレクネタ・お申込みは裏面またはこちらから



「裏面も見てね！」



主催 **日本通所ケア研究会**  
〒721-0902 広島県福山市春日町浦上 1205 (株) QOL サービス内

ホームページ <https://tsuusho.com/rec100> メール [info@tsuusho.com](mailto:info@tsuusho.com)  
TEL 084-971-6686 FAX 084-948-0641

# 心が動けば体が動く!体験していただく意味あるレク・アクティビティの実践内容

- ・上手なレクの案内と心理的アプローチ
- ・「伝える」「思考する」「実行する」
- ・楽しい! すぐに取り組める! ADL・IADLの維持向上につながる一石三鳥レク
- ・場面ごとの動作確認につながるレク、体操
- ・麻痺側の随意性を引き出す応用的プログラム、運動
- ・視力低下で困る生活動作を考えてみよう!
- ・できることはできるままに! できないことはできるように!
- ・潜在する手の感覚を使って行うレク5連発
- ・潜在する足の感覚を使って行うレク5連発
- ・手続き記憶を活用したチラシタワー
- ・あなたが主役! 一問一答形式のインタビュー
- ・役割みつけ
- ・生活意欲が低下する原因を考えながらLet's create
- ・「できた」「楽しかった」という体験を通して生活意欲の向上を目指すケアレク
- ・生活意欲が向上する体操
- ・レクでご利用者が元気になる理由と仕組み
- ・なんだか元気が湧いてくるレク
- ・即興でアレンジレクをしよう
- ・心身機能の向上が期待できる活動量豊富なケアレク
- ・ご利用者の可能性を伸ばす方法
- ・ご利用者、スタッフが一緒に楽しめる歌体操
- ・楽しく基本動作アップレク
- ・抑うつ気分よ、さようならケアレク
- ・認知機能や実行機能が低下してきた方が楽しく参加できるケアレク
- ・私はだ〜れ? 記憶力アップケアレク
- ・紙コップを使ったケアレク
- ・A4用紙を使ったケアレク
- ・爆笑レクネタベスト10
- ・レクネタを無限大にする方法
- ・誰でも爆笑王
- ・トランプで効果的な認知症の予防ができるレク
- ・良いとご探しレク
- ・青竹踏みレク
- ・思考力・理解力・記憶力が自然と上がるレク
- ・本気の拍手
- ・ストレス発散! バズーカーレク ほか

ご利用者の生活に  
創意工夫をすることが  
できるようになる



## 山口健一氏

- ・作業療法士
- ・フレインマネージャー
- ・認知症ライフパートナー-基礎/応用
- ・浮腫療法手技取得

- ・マンネリネタ切れさようなら今日一日でオリジナルレク100個作ります
- ・ネタがつかないオリジナル体操の作り方
- ・次回の来所につながる「快刺激」を生み出すレク
- ・送迎待ちの方を退屈させない環境づくり
- ・パタカラで終わらない目からウロコの口腔体操
- ・食事を楽しくさせる口腔体操
- ・呼吸・摂食機能改善レク
- ・食事やおやつが楽しくなるワクワク感を引き出すレク
- ・「幼稚」にならないレクアクティビティ
- ・お笑い芸人でもある作業療法士が実践する笑いを取り入れた体操
- ・漫才から学んだ介護現場で実践できるレクリエーション4つの公式
- ・TVディレクターから学んだマンネリ化しないコミュニケーションレク
- ・タオルと新聞紙を使いバランスを意識した日常動作体操
- ・身近なものを使ったレクや体操のネタがつかない魔法の公式
- ・転倒予防の効果を高める身近なものを使ったレク・アクティビティ
- ・デュアルタスクを取り入れ、認知症・転倒予防を目指す
- ・笑って笑って転倒予防レク・アクティビティ
- ・笑って動いてADLの維持向上レク
- ・「動機づけ」でレクと体操により大きな効果を引き出す方法
- ・場面設定を「ビジュアル化」そこから生まれるADL体操
- ・体幹を意識したリハビリ体操
- ・家でも思わず体が動く! ご利用者が受け身にならないレク活動
- ・既存のレクに「プラス1」でガラリと効果を上げる方法
- ・ADL・IADL向上! 身近なものを使ったレク・アクティビティ
- ・ご利用者が受け身にならないレク活動
- ・中重度の方へのレクアクティビティ
- ・レベルが異なる人たちで形成される集団へのポイント
- ・いつものレクに一工夫で認知症・転倒予防につなげる方法
- ・ポイントは足裏! 「転倒予防センサー」を高めるレク
- ・転倒予防につながる「2重課題の運動」を無限につくり出してみよう
- ・新聞を使った認知症予防レク5連発
- ・季節感を取り入れた認知症予防レク
- ・明日からすぐに実践できるコミュニケーションレク
- ・中重度の方にもおススメ! 五感を研ぎ澄ます体操
- ・ご利用者のキャンセル防止に繋がる「考えるレク」
- ・実践! 集団で座ったままその場でADL体操 ほか

「やり方」ではなく  
「あり方」が身に付く



## 石田竜生氏

- ・作業療法士
- ・日本介護エンターテイメント協会 主宰
- ・フリの面白い芸人
- ・舞台俳優

### 注意事項

- 参加費の納付をもって正式申し込みとなります。なお、参加費の返金はいたしません。参加者の変更は可能です。
- 参加費とは別に材料費が必要になる場合は参加証に明記いたします。
- お申し込みをして一週間を経過しても入金のご案内が届かない場合はお手数ですが、事務局までご連絡ください。
- 当日は介護現場でのケアなどに役立つ書籍を展示・販売を予定しています。

## ケアレク100連発セミナー 参加申し込み書

FAX 084-948-0641

ご希望の会場に○をしてください	3/9(土) 東京	3/16(土) 福岡	3/23(土) 大阪
ふりがな			
参加者名	①参加代表者	②	③
法人名			
請求先 書類送付先 住所	(□法人 □個人※どちらかに✓をつけてください) 〒	連絡先 □法人 □個人 ※どちらかに✓	TEL 携帯電話
			FAX 職種
		メールアドレス	@

※上記個人情報は、本研修会の管理・運営およびその他研修のご案内のみに使用します。 ※いただいた個人情報は当会の「プライバシー・ポリシー」に従い適切に管理いたします。

お問  
合わせ

〒721-0902

広島県福山市春日町浦上 1205 (株) QOL サービス内

HP <https://tsuusho.com/rec100>

日本通所ケア研究会事務局

共催: NPO 法人日本介護福祉教育研修機構

メール [info@tsuusho.com](mailto:info@tsuusho.com)

TEL 084-971-6686

FAX 084-948-0641