



# 花咲 おじいさんとおばあさん（節分＆立春向け）

節分の鬼退治から立春を迎える、日本の四季の行事を楽しむものに使って欲しいです。  
節分に限らず、春のレクレーションとしてもいいと思います。



ジャンル	運動機能改善 介護予防 机上レク イベントレク
身体面への効果	手指の運動 腕の運動(上肢の運動) 視覚への刺激
精神面への効果	集中力の向上 思考力の向上 意欲、期待感の向上 創意工夫 気分転換、爽快感、達成感 他者との交流、コミュニケーション力 協調性を養う、チームワーク
介護度	要介護度4 所要時間 準備15分～、実践15分～
性別	男性  女性  どちらも好評です 人数 1人～
道具	(一人当たり予算0円)
	画用紙（黒色など暗めの色）複数枚、折り紙（一般的に普通の大きさ、ピンク色など明るい色）複数枚、黄色ペン、黒ボールペン、はさみ。
注意点・追加ルール	床に広がった桜で利用者様が滑らない様にして下さい。

---

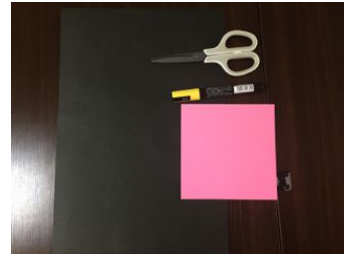
## 期待効果

折り紙のように正方形のが用紙を事前に用意して、利用者様に風船を沢山折ってもらい準備を進めるのもリハビリになると思います。  
目で見ても春が来たようで、明るいレクになると思います。

---

1

必要な道具の写真です。  
画用紙 複数枚、折り紙 複数枚、黄色ペン、黒ボールペン、はさみ。



2

まず画用紙からです。



3

折り紙をするため、画用紙の長方形を正方形にする作業をします。  
端から上部のラインに沿って三角形に折ります。



4 余りの部分を折ります。



5 最後に折ったラインをはさみで切り離します。



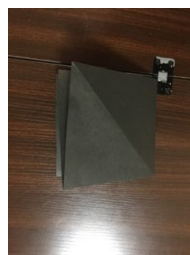
6 正方形の折り紙用の紙となりました。



7 端と端を合わせて、半分に四角形に折ります。



8 この紙で、風船を折って行きましょう。  
第7工程のように、さらに半分に四角形に折ります。



9 折り紙の輪を三角形に開きます。



10

折り紙を裏返して、反対面も第9工程のように三角形に開きます。



11

三角形の下の端をてっぺんと合わせて折ります。



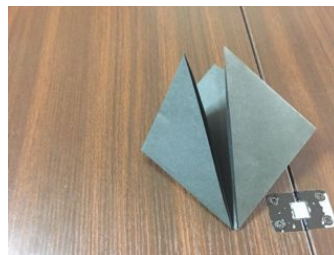
12

もう片方の同じ様に折ります。



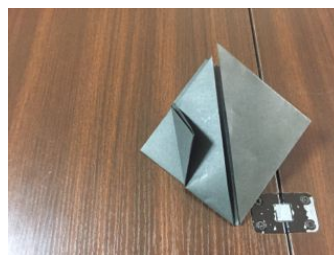
13

裏返して反対面の第 1 1 ~ 1 2 工程の様に折ります。



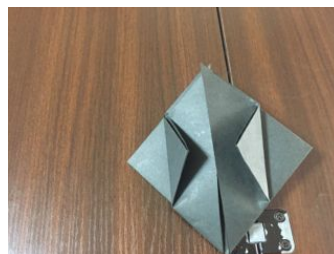
14

写真の様に角を折ります。



15

もう片方も角を折ります。



**16** 裏返して反対面の第14～15工程の様に折ります。



**17** 写真の様に、袋のようになってるところに端の先をいれこみます。



**18** もう片方も同じ様に入れます。  
裏返して反対面の第17～18工程の様にいれます。





19 穴がある方を手前に置きます。



20 穴に口をつけて膨らませます。  
風船としては完成です。



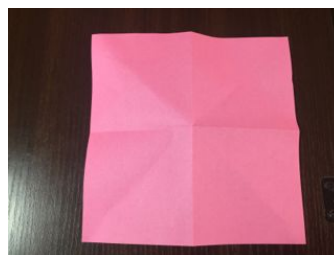
21 穴にはさみを入れて切り込みを切りがいいところまで  
(角辺) 8ヶ所入れます。



**22** 切り込みを入れた風船の完成です。



**23** 次は、ピンクの折り紙です。



**24** 四角形に2回折ります。



**25** さらに三角形に折ります。



**26** 桜の絵を描きます。



**27** 黄色ペンで、中央にペンで点を描きます。



28

はさみで桜型に切り取ります。  
全ての、桜に黄色いペンで点を描きます。



29

切り込み風船にピンクの桜を入れます。



30

準備完了です。  
切り込み風船に桜を入れたのを複数個用意するのをお勧めします。



31

切り込み風船の穴のある方を手の上に持ちます。



32

利用者様に第31工程の様に持ってもらい、腕で投げてもらいます。

33

風船が床に落ちて、桜が床に広がります。  
複数個 用意した場合は、複数人の利用者様に投げて頂けます。



34

ただたんたと、やっても盛り上がりませんと思いますので、そこは ふいんき作りが大事になります。 節分のイベントレクでしたら、『鬼は外と思いきり投げて下さい。』（投げる）『あら、早々と春が来ましたね。立春です。』  
春レクなら、昔話の『はなさかじいさん』の話も交えながら、投げてもらい、  
『本当に、はなさかじいさんですね。ありがとうございます。』と職員が盛り上げる。