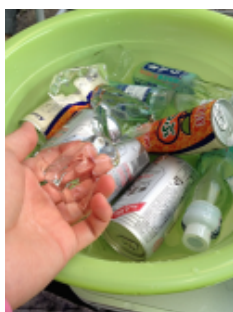


全力納涼デイ

夏。クーラーの効いた部屋に1日利用者さんがいらっしゃいませんか？

庭がありましたら少しの工夫で納涼避暑レクができます！

もちろん日傘やすだれを使って熱中症予防も必要ですが、皆さんの反響がすごいので継続して行えます！意外と準備も簡単ですよ。



ジャンル

認知症予防 介護予防 イベントレク 料理

身体面への効果

指定されていません

精神面への効果

指定されていません

介護度

要介護度3

所要時間

2～3時間

性別

男性



好評です

人数

4人～

道具

(一人当たり予算200円)

- ・タープ
- ・たらい
- ・氷(できれば大きなかたまり)
- ・アイスピック
- ・トマト、キュウリ、スイカなど
- ・好きな飲み物(ノンアルコール)

注意点・追加ルール

- ・熱中症には十分注意してこまめな水分摂取を。
- ・風通しの良い場所で行ってください。

期待効果

- ・エアコンなどでは感じられない『涼』を感じていただく。
 - ・昔を思い出し話に花を咲かせてもらえる。
 - ・自分たちが動いて夏を楽しむことで、日常的な意欲がわいてくる。
 - ・エアコンの効いた室内で食べる出来合いのおやつでは絶対に勝てない最高のおやつタイムにできます。
-

1

タープを張り日陰を作り、椅子をセッティングする。



2

たらいに氷を入れた塩水をはり、野菜や飲み物を冷やす。



3

タオル、足用タライを準備したらいに塩水をはる。
準備ができたらお客様を呼びましょう。



4

目の前で、氷を砕きながらたらいに割り入れる。

足を冷やしながらか好きな飲み物や、冷やし野菜を召し上がっていただく。

話に花を咲かせる。



5

蚊取り線香や風鈴を加えることでより清涼感が味わえます（甲子園の時期はラジオをつけるのも〇）。

男性のお客様には非常に好評でした。



6

おまけ

女性陣は、その姿を見ながら中がかき氷を楽しんでいました。これまたいい感じでしたよ。

画像は男性が飲まれているところです。

