

空気砲で避暑レク

TVで理科の先生が段ボールで空気砲を作っているのを見たことがありますか？

簡単に作れるのが最大の魅力ですが、施設では少しアレンジして避暑とリラックス効果が得られる方法をご紹介します。



ジャンル 介護予防 技術 その他

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5 所要時間 初回準備に30～60分

性別 男性  女性  どちらも好評です 人数 3人～

道具 (一人当たり予算100円)

段ボール箱。ガムテープ。避暑用アイテム1。リラックスアイテム1。

注意点・追加ルール

期待効果 リラックス&気分転換に。夏は避暑レクとしてご活用ください。

1 段ボールの側面 1 か所に丸い穴を開けます。穴の周りをガムテープで補強します。段ボール箱を組み立てて、中の空気が逃げないようにガムテープで補強します。中の空気の逃げ場は、先に開けている丸い穴のみとなりました。実際に空気砲ができるかテストしてみてください。穴を正面に向けて、軽く左右からドンと押すだけで空気が飛び出します。

2 空気砲ができたら、まずは避暑の方法を指南します。ドライアイス、もしくは氷を使います。ドライアイスの方が煙も出て、体に当たった時がわかりやすく目でも涼しさを感じることができます。

3 氷を大量にパックなどに入れて発射しても同じことなのでお試しあれ。普通に空気を送るだけでは生ぬるい風になってしまうので...

4 リラックスアイテムは、香水やアロマです。においのついたもの等を入れて発射します。お線香のにおいでもいいでしょう。

5 おいによって嗅覚の刺激にもなります。
あまりにおいがきついものを連発すると、気分が悪くなってしまうことがあるので、1
人に1回当てる程度で止めます。

6 おいが籠らないように換気もしてください。