

参加体験型  
研修会

ご利用者の生活力をクワンと高めるレクのヒントやネタがいっぱい!

# 日本ケアレク研修大会 2013

身体疾患のある  
ご利用者の能力  
を引き出すため  
のアイデアレク

ご利用者が成果  
を実感できる生  
活動作改善ト  
レーニング

社会・人に興味  
を持ち関係性を  
深めるレク

認知症の方の能  
力を引き出す方法  
(進行・役割)

ご利用者の好奇心をくすぐる実践的な仕掛けを**大公開!**

## 福岡会場

6/9  
日

会場 福岡国際会議場  
(福岡市博多区)

その他 プログラムは事前に選択できません

## 横浜会場

6/30  
日

会場 ウィリング横浜  
(横浜市港南区)

その他 プログラムは事前に選択できません

## 大阪会場

7/27  
土

会場 アルフィック大阪  
(大阪市浪速区)

その他 プログラムは事前に選択できません

レクだけでなくこんなことがプラスαで学べます

- ただレクを学ぶだけでなく、レク進行時のご利用者・スタッフ配置のポイントなども学べる
- レク=ゲームで終わらせるのではなくモチベーションを保ったまま、ご利用者の次の活動に移す声掛けが分かる
- 個別機能訓練Ⅱの目標達成に近づく生活機能向上レクを体験できる!
- いろいろな症状の人が混在する活動場面で慌てないための仕切り力を身に付ける
- 認知症の方が輝く役割づくりや設定を知る

さらに参加者の皆さまへ**2大特典**をプレゼント

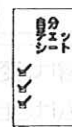
特典① トイレットペーパーレクをプレゼント



定価: 1,300円

トイレットペーパーを使ったアイデアレク、転倒予防体操など幅広く掲載! さらに片麻痺・車イス・中重度認知症の方へのポイントまでついてくる!

特典② 自分チェックシートで研修を振り返り



※写真はイメージです

いま自分にある「レク」につながる要素などをチェックでき、研修前と研修後のレクに対する考え方や関心を再発見できるのでレク力アップが実感できる!

参加費 10,000円(税・資料代込)



## プログラム

講師	黒澤 優子氏(福岡会場) 高見 博子氏(横浜会場) 奥田 祐子氏(大阪会場)	講師	坂本 将徳氏(福岡会場) 梅田 典宏氏(横浜・大阪会場)	講師	川端 淳子氏(福岡・大阪会場) 山崎 律子氏(横浜会場)	講師	西山 美雪氏(福岡会場) 森木 勇一郎氏(大阪・横浜会場)
10:00	集団レクを拒否する 身体疾患のあるご利用者が 参加したくなるレク	10:00	小集団で効果を上げる! ADL・IADLの 維持・向上のためのレク	10:00	車イスの方へ行う 下肢筋力アップ・起立改善の レク・アクティビティ	10:00	中・重度認知症の方が 「楽しむ」「輝く」「生きる」 を簡単な環境改善で作る レク・アクティビティの工夫
12:00	休憩						
12:50	手が上がらない、腰が重い、 利き手に力が入らない、 車イスだから… といって活動をしない ご利用者が楽しめるレク	12:50	ちょっとした時にできる 道具いらずの 生活機能維持・向上のレク	12:50	車イス・片麻痺・ 認知症の方が 同時に楽しめるレク	12:50	軽度認知症の方の認知機能 (記憶・注意・見当識・計画力) 改善につながるレク
14:50	休憩						
15:00	すり足歩行のご利用者への 転倒予防レク	15:00	在宅で楽しみながら 継続できる 自主トレにもつながるレク	15:00	困ったときに役立つ! いろいろな症状の人が 混在してもできる、 とにかく楽しいちよいレク	15:00	自己選択や会話が困難な 認知症の方が 楽しむことができるレク
17:00							

※テーマは変更になる場合がございます。



**認知症の方「個性を生かす」**  
**西山美雪氏のご利用者の生活から学ぶレク**  
 NPO法人わくわく元気会 レクインストラクター/介護福祉士  
 [当日の体験レク]  
 ※各時間帯の分科会テーマは左ページにてご確認ください  
 <10:00~12:00>  
 ・よく聞いたあの曲で体操 ・自分ほどれだけ歌えるか? ・表情の変化を引き出すレク ・これな〜に など  
 <12:50~14:50>  
 ・出来るレク、出来ないレクの見分け方 ・生活器増設レク ・何度もやって思い出そう など  
 <15:00~17:00>  
 ・動画歌唱年代別チェック表 ・目で見ても楽しむ簡単レク ・ハンカチを使ってできるレク ・触って楽しむレク など

**元気な笑顔「お笑い」でつくり**  
**川瀬淳子氏のご利用者と一緒に創り上げるレク**  
 介護老人保健施設仙寿なごみ野 統括部長  
 [当日の体験レク]  
 ※各時間帯の分科会テーマは左ページにてご確認ください  
 <10:00~12:00>  
 ・施設内通員を使用したレク ・通員を使った半丁膳博 ・アオリイカ空中ショー ・ビールを回せ!居酒屋ゲーム  
 <12:50~14:50>  
 ・ハーモニーホール ・演歌の花道 ・アタックNO.1 ・クラッシュゲーム(つかいかい棒抜き取りバランス) など  
 <15:00~17:00>  
 ・ご当地カルタ ・シークレットカードゲーム ・ゆらゆらスカイツリー など

**くらしの楽しみ「日々暮らし」からつくり**  
**坂本将徳氏のレクをADLの1つと考えるレク**  
 介護老人保健施設古都の森 作業療法士/レクインストラクター  
 [当日の体験レク]  
 ※各時間帯の分科会テーマは左ページにてご確認ください  
 <10:00~12:00>  
 ・レクの効果をデータ化してみる ・古都の森レクの実際 ・日常生活場面別動作向上レク① など  
 <12:50~14:50>  
 ・5分~10分程度で行えるミニレクの効果 ・物忘れ予防レク ・日常生活場面別動作向上レク② など  
 <15:00~17:00>  
 ・在宅生活を継続するための転倒予防レクとポイント ・足趾握力レク ・足の裏を使ったレク ・自分の体を知ろう

**楽しくなければ「楽し」は続かない**  
**森木勇一郎氏の楽しさの中に目的があるレク**  
 介護老人保健施設 都筑シニアセンター 作業療法士  
 [当日の体験レク]  
 ※各時間帯の分科会テーマは左ページにてご確認ください  
 <10:00~12:00>  
 ・視覚を刺激する環境設定 ・懐かしさに訴えかけるレク ・作業療法の効果を使ったレク(射的、スイカ割、下駄占い)  
 <12:50~14:50>  
 ・集団効果を活用したレク ・回想要素を使ったレク ・短期記憶で達成感向上レク ・他者との協力で楽しさ倍増レク  
 <15:00~17:00>  
 ・身体的動きを取り入れたレク ・いろんなじゃんけん ・楽しみしりとり ・楽しい雰囲気を作り出すレク など

**ご利用者「笑顔」でなく「さっけつ」**  
**柳田典宏氏の理論と目的を持った運動レク**  
 デイサービス 咲音 管理者/理学療法士  
 [当日の体験レク]  
 ※各時間帯の分科会テーマは左ページにてご確認ください  
 <10:00~12:00>  
 ・各種道具を使った運動レク ・生活機能向上レク ・作業療法的視点を取り入れたレク など  
 <12:50~14:50>  
 ・道具を使わず行う運動レク ・小集団で効果を上げるレク ・身近なものを使って行う生活機能向上レク など  
 <15:00~17:00>  
 ・運動レクを楽しく実施するための実践とポイント ・ご利用者が継続できる指導 ・舞見度調整のポイント など

**くらしの楽しみ「暮らし」からつくり**  
**山崎律子氏のQOL向上レク**  
 株式会社社会問題研究所 代表  
 [当日の体験レク]  
 ※各時間帯の分科会テーマは左ページにてご確認ください  
 <10:00~12:00>  
 ・正しい姿勢への理解 ・指連結 ・山登り体操 ・ボンボンボールゲーム ・365歩のマーチに合わせて  
 <12:50~14:50>  
 ・ゲー、チョキ、パー ・グツと出して、チョツと出して、パー ・イマジネイジウム ・青い山脈の歌に合わせて など  
 <15:00~17:00>  
 ・日ごろのグーパー体操を考え直そう ・トントンすりすり ・出せ干せから傘 ・幸せなら手をたたこう など

**介護現場を生き生きと生活化させる**  
**奥田祐子氏の実験がこぼれるレク**  
 NPO法人ひろしまレクリエーション協会 理事  
 [当日の体験レク]  
 ※各時間帯の分科会テーマは左ページにてご確認ください  
 <10:00~12:00>  
 ・個別で参加できる知的ゲーム ・継続して楽しめる活動 ・1回で終わらせない方法 など  
 <12:50~14:50>  
 ・上肢を簡単に動かしてできる体操とゲーム ・思わず笑いが起こる活動 ・その他いろいろ など  
 <15:00~17:00>  
 ・下肢筋力をアップさせるレクとゲーム ・歌体操 ・音楽体操 など

**元気を与え合う「ホト」をベースつくり**  
**高見博子氏の健康づくりレク**  
 日本レクリエーション協会 認定レクインストラクター/健康運動指導士  
 [当日の体験レク]  
 ※各時間帯の分科会テーマは左ページにてご確認ください  
 <10:00~12:00>  
 ・元気で長生きするためのレク ・筋力運動 ・号令体操 ・しつかりと声を出すことで集団の力を個に生かすレク など  
 <12:50~14:50>  
 ・姿勢保持のためのトレーニングレク ・歌謡体操 ・民謡体操 ・タオル・新聞紙などを使って全身運動が出来るレクなど  
 <15:00~17:00>  
 ・ウォーキングエクササイズ ・ロコモティブシンドローム予防につながるレク ・軽快な音楽を聴きながら行うチェアピクス など

**くらしの楽しみ「暮らし」からつくり**  
**黒澤優子氏の活動の選択を行うレク**  
 多機能リハビリセンターありがとう 介護福祉士  
 [当日の体験レク]  
 ※各時間帯の分科会テーマは左ページにてご確認ください  
 <10:00~12:00>  
 ・カーリン good ・口腔機能改善につながるレク ・カゴ持ちボールゲームのいろんな方法 など  
 <12:50~14:50>  
 ・これな〜んだ!?をいろんな方法で ・ふるしきを使ったレク ・小集団でタイミングを合わせて など  
 <15:00~17:00>  
 ・リズムに合わせて足踏みゲーム ・足アゲアゲレク ・数え歌に合わせて手足を使って! など

プログラムの  
 選択と  
 注意  
 点

- 当日の体験レクの内容は、変更になる場合があります。
- 各時間帯のプログラムはご自由に選択できますが1つの会場へ参加者が集中した場合は、立ち見となる場合がございますのであらかじめご了承ください。
- 参加費とは別に材料費が必要となる分科会の場合は、参加証に明記いたします。
- 多くの施設の方と交流が図れるよい機会となりますので、積極的に情報交換を行ってください。
- お申し込み時にいただいた参加者様の意見を講師に伝え、できる限り反映させていただく予定です。

**ケアレク2013 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	6/9(日) 福岡	6/30(日) 横浜	7/27(土) 大阪
ふりがな	連絡先 (自宅勤務先)		
氏名			
住所 (自宅勤務先)			
勤務先			
入金後、入金確認書の送付をご希望の方は○をしてください 必要・不要			
TEL			
FAX			
携帯			
メール	※各種連絡または、その他研修のご案内に使用します		
職種			

当日の分科会に反映してほしい内容があればご記入ください。(例 認知症の方の意向をうまくみ取るためのポイント など) ※できる限り講師の方には今年も反映していただけます。