

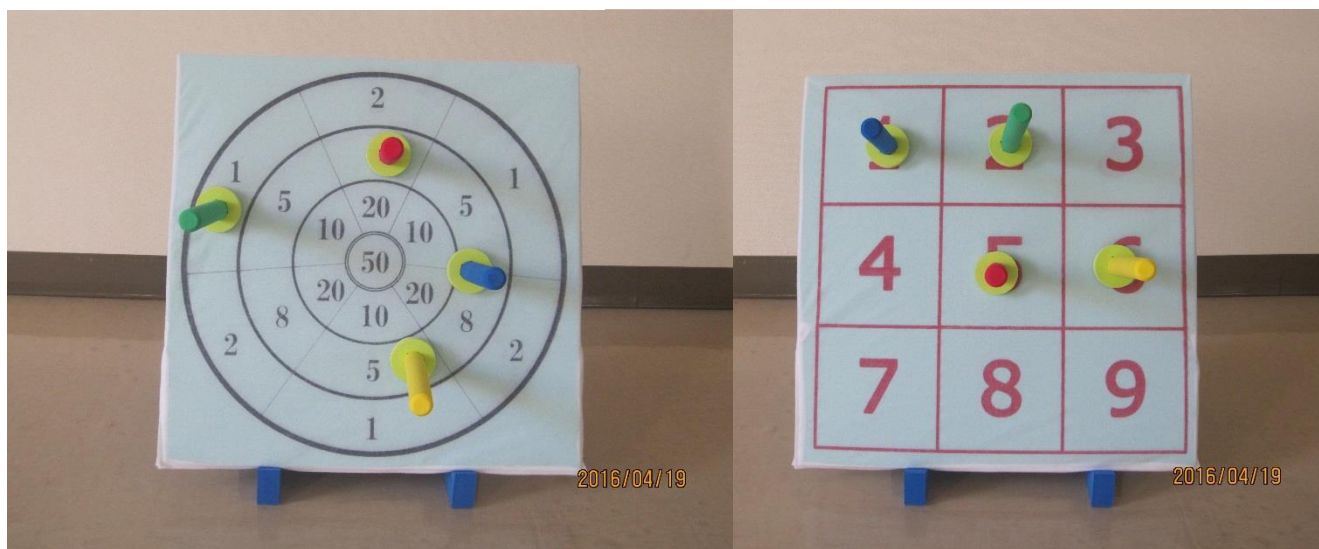
介護予防用品貸出品



蔵王町役場保健福祉課

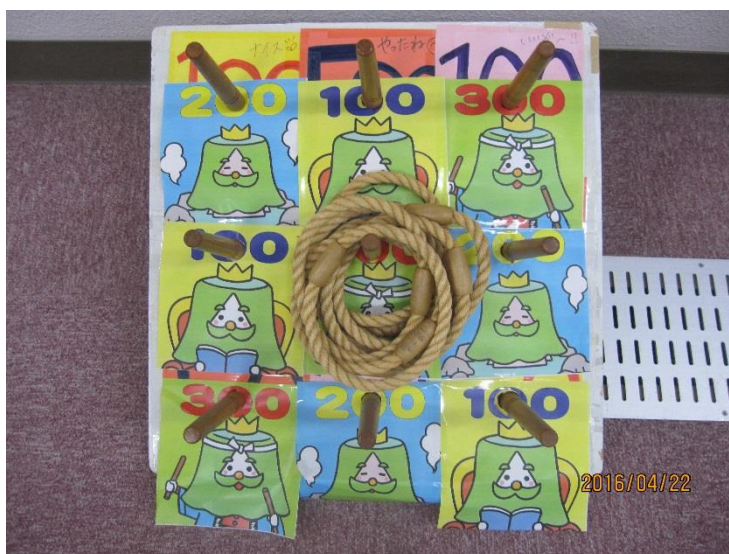
平成 28 年 7 月

安心ソフトダーツ



ダーツの先にマジックテープがついているため、投げると布製の的くっつきま
す。的は裏表2種類です。

輪投げ



投げ方は自由！

身体全体を使って、的を狙って投げてみましょう！

たいこ相撲（2個）



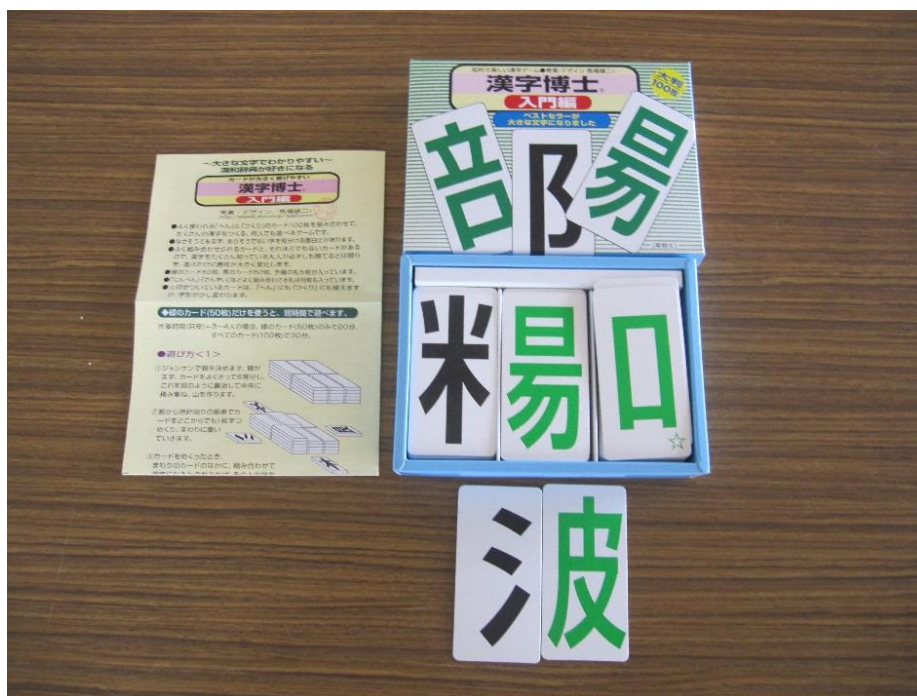
ばちは、1本でも、2本でもOK。片麻痺があっても大丈夫！
チームで対戦すれば盛り上がりますよ！

四字熟語合わせ



2枚のカードを合わせて四字熟語を作るゲームです。何人でも楽しめます

漢字博士入門



「へん」と「つくり」を組み合わせることで漢字をつくります。

マンカラ・パーティー



陣地とりゲームの一種です。2～4人で楽しむことができます。

石原裕次郎かるた付きCD



あの裕ちゃんの歌を聴きながら、歌いながらのかるた取り！

CD 3枚に、石原裕次郎のオリジナル曲が46曲入っています。

青春時代を思い出しながら、楽しく過ごしましょう。



【CD1】 45分38分

- ①狂った果実 ②俺は待ってるぜ ③錆びたナイフ ④お前にゃ俺がついている
⑤嵐を呼ぶ男 ⑥鷺と鷹 ⑦口笛が聞こえる港町 ⑧明日は明日の風が吹く
⑨風速四十米 ⑩紅の翼 ⑪あじさいの歌 ⑫銀座の恋の物語（デュエット：牧
村旬子） ⑬赤いハンカチ ⑭花と竜 ⑮夕陽の丘（デュエット：浅丘ルリ子）

【CD2】 52分39秒

- ①淡雪のワルツ ②俺はお前に弱いんだ ③黒い海峡 ④王将・夫婦駒
⑤泣かせるぜ ⑥二人の世界 ⑦雪国の町 ⑧夜霧の慕情 ⑨逢えるじゃないか
またあした ⑩こぼれ花 ⑪夜霧よ今夜も有難う ⑫粹な別れ ⑬銀の指輪（デ
ュエット：愛まち子） ⑭白い街 ⑮ひとりのクラブ

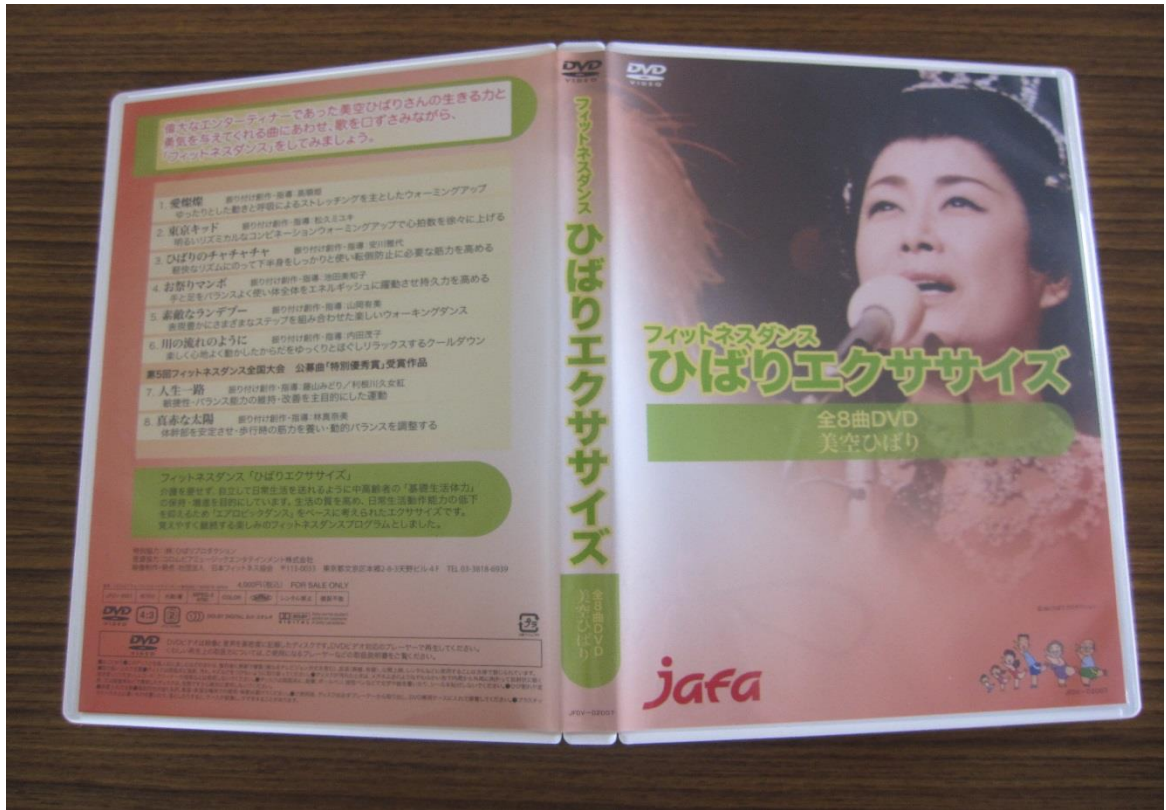
【CD3】 60分07秒

- ①忘れるものか ②港町 涙町 別れ町 ③反逆のメロディー ④サヨナラ横浜
⑤恋の町札幌 ⑥別れの夜明け（デュエット：八代亜紀） ⑦ブランデーグラス
⑧昭和たすねびと ⑨みんな誰かを愛してる ⑩夜のめぐり逢い（デュエット：
八代亜紀） ⑪時間よお前は… ⑫おれの小樽 ⑬嘆きのメロディー ⑭さよな
らは昼下がり（デュエット：真梨邑ケイ） ⑮わが人生に悔いなし ⑯北の旅人



フィットネス

ひばりエクササイズ 全8曲DVD 美空ひばり



お馴染みの曲を口ずさみながら、身体を動かしましょう！

【曲名】

- 1 愛燦燦 (5分02秒)
- 2 東京キッド (3分00秒)
- 3 ひばりのチャチャチャ (3分10秒)
- 4 お祭りマンボ (3分20秒)
- 5 素敵なランデブー (2分46秒)
- 6 川の流れのように (4分54秒)

第5回フィットネスダンス全国大会 公募曲「特別優秀賞」受賞作品

- 7 人生一路
- 8 真赤な太陽



○大笑い健康プログラム (3巻)

つらい時こそ大笑い!

ココロとからだの最大の敵は「ストレス」

大いに笑ってストレスを吹き飛ばしましょう!

第1笑



【脳で笑おう落語】

とき 時そば
りしょう 瀧川 鯉昇

26分

【からだで笑おう笑いヨガ】

グループエクササイズ【からだ編】

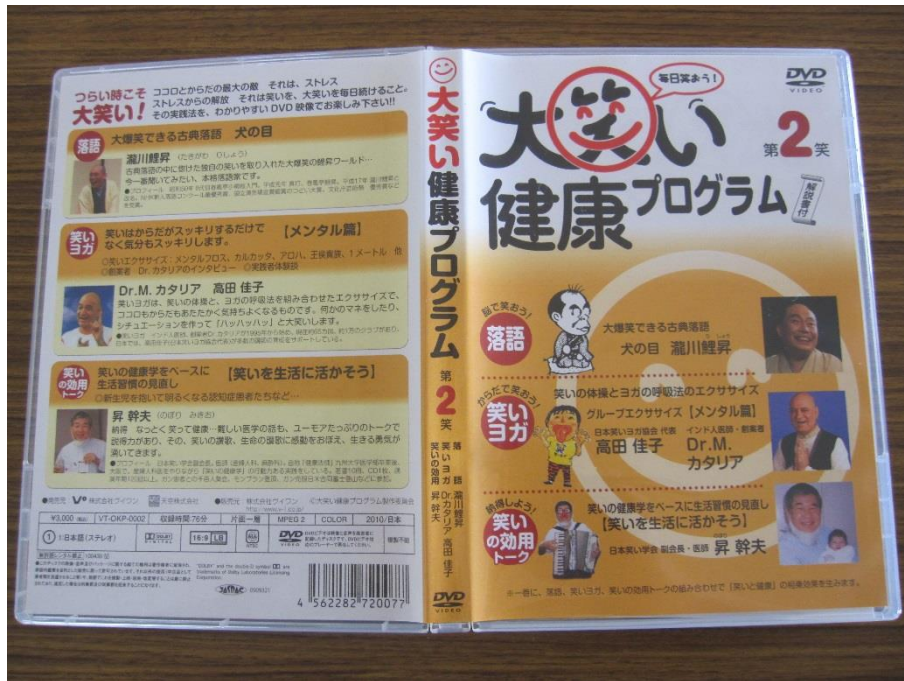
15分

【納得しよう笑いの効用トーク】 笑いの医学的効果

26分



第2笑



【脳で笑おう落語】

いぬ め りしょう
犬の目 瀧川 鯉昇

25分

【からだで笑おう笑いヨガ】

グループエクササイズ【メンタル

編】

20分

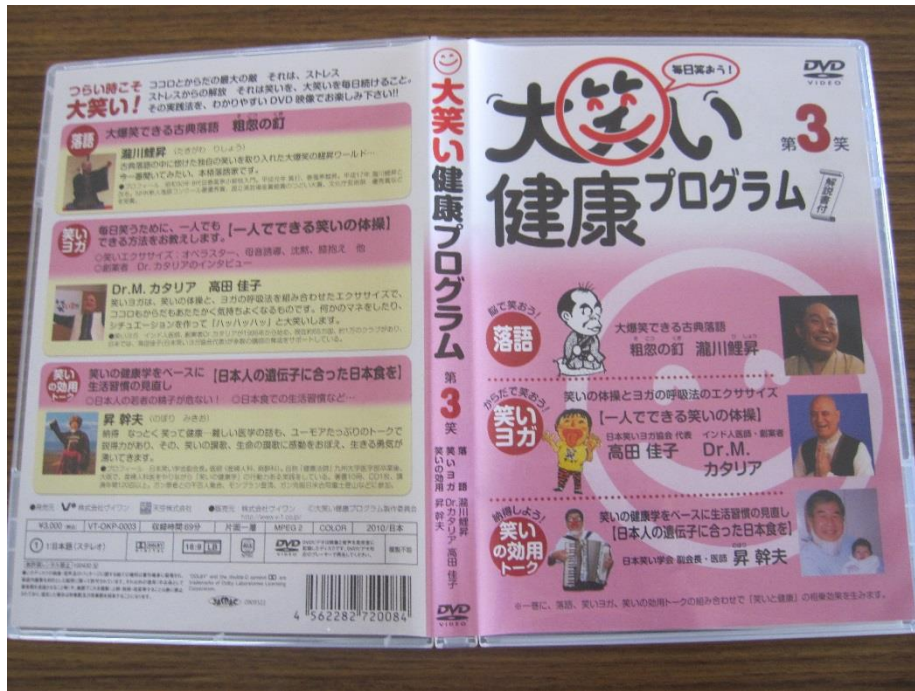
【納得しよう笑いの効用トーク】

笑いを生活に活かそう

26分



第3笑



【脳で笑おう落語】

そこっ
粗忽の釘 瀧川 鯉昇

31分

【からだで笑おう笑いヨガ】

一人でもできる笑いの体操

13分

【納得しよう笑いの効用トーク】

日本人の遺伝子に合った日本食を

19分



