



# 第15回 ころ運動会

…闘魂! 溢れる闘志 快い汗…

デイ・サービス ころ 大山 美香

8日は「寒露」。“冷たい露が野草に宿る頃で、五穀豊穡 etc. 収穫の季節。やっと秋らしくなってきましたが、**昼と朝晩の寒暖差が10度以上で体調を崩し易い**。特に 寒暖差アレルギーに注意が必要。今年は無異常気象で金木犀が10日遅れ、彼岸花は2週間遅で開花。蚊の出現率も35℃以上の酷暑では活動が休憩し、最近になり 活発に活動をはじめました。**高齢者も一気に体温調整に順応出来ないため、十分に室温調整・体調管理**に注意して貰いたい。特に 早朝の気温に肌寒さを感じるようになってきた10月16日&17日「**闘魂!大運動会**」を開催しました。

赤白に別れ ①ピンポン玉送り ②玉入れ ③巻いて引っ張れ ④お題はなーにの4種目の競技で戦いました。日頃鈍った体をほぐすための準備体操を終え、2組分かれて着席。ハチマキを手渡すと「**絶対 勝つで!**」「**負けへんで!**」と戦いに臨む 意気込みが聞かれました。各チームキャプテンによる選手宣誓で開始。

第1種目は『**ピンポン玉送り**』。ルールは 一人ずつ大きさ・深さの違うカップを持ち、横に座る方へピンポン玉を送ります。カップからカップへと渡すだけ 処が “隣のカップと大きさが違うため難しい” の声。「**ファイト!**」「**ガンバルテ!**」と声を掛け合いながらスタート。お互いに「**早く渡さない**と!」「**早く貰わないと!**」の気持ちが強く、**焦る余りに カップの高さが合わず苦戦する姿**もみられました。二回戦目になると、もらう人は「**カップを低くして・・・**」と**作戦**を立ててから、順調にピンポン玉が送られました。勝利チームには、お花のポイントがつけられました。



第2種目は『**玉入れ**』。カゴを囲んで円形になり、抱えきれないほどの玉を持ち、スタートの合図を待ちます。着席して投球をお願いしましたが、スタートと同時に立ち上がり玉を投げる方もあったり、投げる玉がなくなると玉を拾いカゴを狙います。「**入った!**」「**アカンかった!**」等の**1球ごとに歓声**。職員が玉を拾い渡ししますが「**もっとちょうだい**」と間に合いませんでした。終了後、玉数をかぞえ 勝者は万歳を、敗者は拍手を送りました。