

令和7年度版

高齢者サロン (貸出用具一覧)

八戸市社会福祉協議会では、レクリエーション用具の貸し出しを行っています。
ご利用される場合は、下記までお問い合わせください。

【ご注意】

※八戸市内に約 70 か所ある高齢者サロンを優先にお貸ししているものです。
このことに伴い、長期間の貸出しについては調整が必要となることからご相談
いただきたく存じます。(例:2週間以上)

★ お問い合わせ ★

八戸市社会福祉協議会 TEL 47-2940

①ペタンク(室内用)

数量8セット[赤球6個・青球6個・標的球(黄色)
1個・投球サークル1個]

赤チーム・青チームに分かれて黄色の的めがけて交互にボールを投げ、どちらがよりの的に近く投げられるかを競うゲームです。



②ディスコン

数量7セット[円盤12枚 標的円盤(黄色)1枚]

青と赤のチームに分かれ、黄色の的めがけて円盤(赤青両面)を投げ、どちらがよりの的に近づけるかを競うゲームです。ペタンクゲームと似ていますが、投げ方によっては、円盤が裏返ることもあり、青か赤かハラハラ・ドキドキさせるゲームです。



③魚つりゲーム

つりざお 12本

魚・カニ 数個

竿のしなりとハラハラ感を楽しんでください。

細い魚ほど難易度が高くなります。



④特大サイコロ



数量2

スポンジでできたサイコロです。

縦横高さ25cm

⑤イー・ボール



室内用 数量20個(直径17cm)

筋肉トレーニング用のボールです。

やわらかく、すこし弾力があるスポンジでできており、ボールを腕や足に挟んでストレッチ体操することにより、筋力アップを図ります。

⑥ グラップボール



直径15 cm
5個 プラスチック製
数量5個 ゴム製(プラスチック製に
比べると若干重め)

ボール内部に指がはいるので、ボールがつかみ易く、子供や高齢者、障害者のボール投げに適しています。

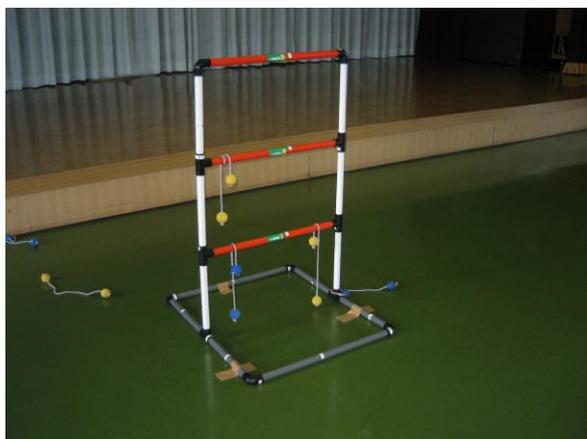
⑦ フラハンド

数量10個
をくるくる回して運動することにより、全身の筋力の衰えを予防します。



⑧ ラダーゲッター

数量2セット(1セット2組入り)



ひもで繋がっている2個のボールをラダー(ハシゴ)に向かって投げ、ラダー(ハシゴ)に引っ掛かったボールの数で得点を競い合うゲームです。引っ掛かったラダー(ハシゴ)の場所によって点数が違います。

⑨ キャッチング・ザ・スティック

数量16本×2セット(長さ1m)

横一列に右端から8人が、1人2本のスティックを持ち、“トントン”のリズムにあわせてスティックを突き、“パツ”と離して、素早く右へ横移動。何回続けてキャッチできるかを楽しみます。



⑩ フライングゲーム

- ・ディスクキャッチャー(ゴール) 数量2
使用時:高さ167cm×幅92cm
収納時:H120cm×W65cm
重量:約5kg
材質:ナイロン&アルミ製
- ・ディスク18枚(直径27cm)

柔らかい素材のディスクをゴールめがけて投げ、入った数や入った場所によって得点を競うゲームです。



⑪ わなげ

数量1

R7 年度～輪が増えました！

赤 8 本 / 黄 9 本 / 青 1 本



⑫ 思い出カルタ

カルタには、懐かしの歌謡曲や童謡の歌詞が書かれており、楽しみながらカルタ取りをすることができます。



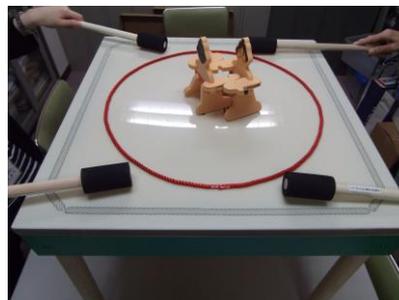
歌謡曲 5 セット



童謡 5 セット

⑬ たいこ相撲

- ・土俵机 数量1、机脚 4本
- ・ばち 4本
- ・力士 6体



土俵机で力士を向かい合わせ、土俵をばちで叩き勝敗を競うゲームです。力士の種類や手足の角度を調整することで勝負に差が出ます。叩くことでうまれる不規則な揺れによって勝負を楽しむゲームです。

⑭ けん玉

・数量5

⑮ 南部弁ラジオ体操CD

・数量5

⑩白黒ゲーム

- ・数量1 ・プレイ盤(60 cm×60 cm)1枚
- ・白黒プレート(直径8 cm)40枚

6×6=36マスと少ないマスでオセロゲームができます。オセロゲームの他、プレート積みゲームなど工夫次第で他にも遊ぶことができます。



⑪スマイル射的

- ・数量1 ・的の本体(縦11 cm×横57 cm×高さ18 cm)2台
- ・輪ゴムピストル(40 cm)2丁

輪ゴムピストルで狙った的を撃つゲームです。カード裏には水性ペンで点数を書いたり好きな絵柄を貼ったりして遊ぶこともできます。



⑫羽根っこゲーム 干支セトラ

- ・数量1

- ・干支セトラゲーム、ダーツゲームの両面シート(118 cm×93 cm)1枚
- ・数字カード26枚(1~12を各2枚+無地2枚)
- ・羽根っこ20本



干支やダーツの的にめがけて羽根っこを投げて点数を競うゲームです。「投げる」「的に入れる」「計算する」ことにより、身体バランスと脳の活性化にもつながります。

⑱石原裕次郎 かるた付きCD

・数量 1 ・CD3 枚組(全 46 曲)



懐かしの名曲を聴いて当手を振り返り歌いながらカルタ取りができます。

⑳はちのへ郷土かるた(拡大版)

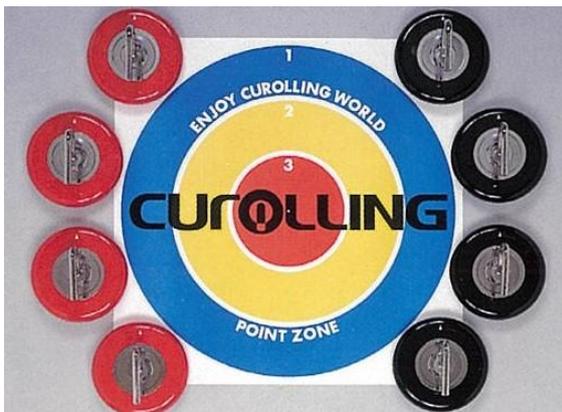
・数量 1



はちのへの郷土かるたを拡大して見やすくしました。

㉑カローリング

- ・数量1セット(黒4個・赤4個) 2kg
- ・ポイントゾーン×1枚
- ・フリーパーテーション



【壁を保護するパーテーション付】

氷上スポーツ『カーリング』を室内で気軽に楽しめます。

子どもから高齢者まで年齢・性別・体力に関係なく車イスの方も気軽に参加できる楽しいコミュニケーションスポーツです。

※使用の際には必ず事前に使い方の説明を受けてください。

※カローリングについては、貸出の範囲を高齢者サロンまたは地区社協の行事等とさせていただきます。

②② ケンコーボッチャ

※令和4年度～ 6 セット

- ・数量6セット(赤6個・青6個・ターゲットボール白1個)275g
- ・ルールブック付き



パラリンピックの正式種目にもなっている障がい者の方も楽しめるよう考案されたスポーツです。ルールはパタンクに近いものとなっており、屋内であればどこでもプレイすることができます。(令和2年度より貸出開始)

②③ ボッチャボール用 ターゲットマット

※令和7年度～ 1枚



直径：2m
厚さ：0.4mm

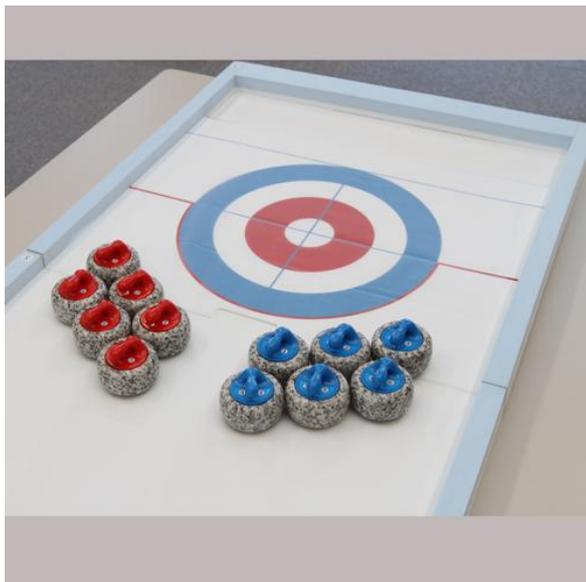


遊び方イメージ

②④カーレット【ライト版】

※令和5年度～ 1 セット

カーレットは、カーリングのゲーム性・楽しさは損なわずに、手軽に場所を選ばずどこでも行えるように考案されました。カーリングは囲碁やチェスのようなマインドスポーツの要素、ストーンを正確にコントロールする技術力、チーム内でのコミュニケーションやプレイの連携、そしてスコアを競い合う先読みを繰り返す戦略性や戦術といったゲーム性などを備えたスポーツです。 ※重量あります。



若干、重いので気を付けてお運びください。

②⑤スティックリング

※令和5年度～ 1 セット

スティックリングは、福井県で考案された NEW スポーツです。スティックを使ってパックをポイントゾーンに向かって交互に打ち出し、得点を競います。簡単なルールで、特別な技術や力を必要としないので、子供から高齢者まで誰でも簡単に楽しめるスポーツです。

・コート 1 枚 (重量あります) ・スティック 6 本 ・パック 6 個



②6 モルック

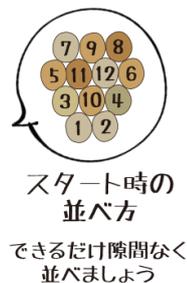
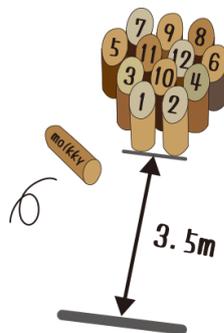
※令和5年度～ 4セット

- ・数量4セット モルックカリー1(エリア指定)
- モルック棒1(投げる棒)
- スキットル12(倒すピン)

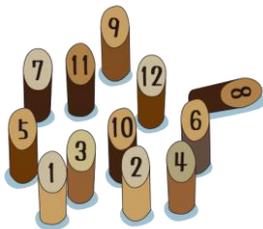


『モルック』とは、フィンランドの伝統的なゲーム(kyykkä)を元に1996年に開発され、子どもも大人も、また老若男女、障がいのある方も楽しめるスポーツです。

室内では防音、床を保護するマットなど敷くことをお勧めします。



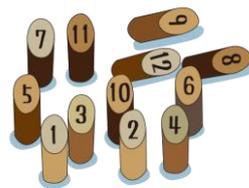
【 得点方法は2パターン 】



例① 「8」が1本のみ倒れた場合例

➡ 得点は8点

スキットルが1本のみ倒れた場合
倒れたスキットルに書かれている数字が得点になります。



例② 「8、9、12」が3本倒れた場合

➡ 得点は3点

スキットルが2本以上倒れた場合
倒れたスキットルの本数が得点になります。

- ・数量4セット モルックカリー1(エリア指定)
- モルック棒1(投げる棒)
- スキットル12(倒すピン)

『モルック』とは、フィンランドの伝統的なゲーム(kyykkä)を元に1996年に開発され、子どもも大人も、また老若男女も楽しめるスポーツです。

②⑦ ダンボルック

※令和6年度～ 4セット

ダンボルック組み立て、遊び方説明書付き



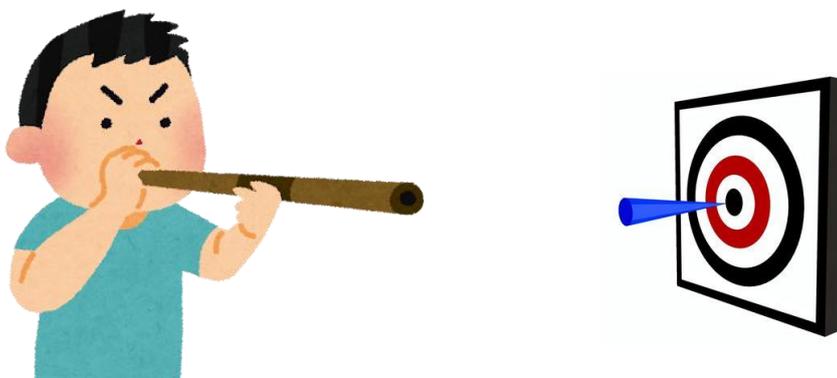
「ダンボルック」はフィンランド発祥のスポーツ「モルック」を室内でも手軽に遊べるようにダンボール素材で作った商品です。

※ ②⑤のモルック従来品より軽くて扱いやすく、カラフルで見たい目もかわいいデザインです。

②⑧ スポーツ吹矢

※令和6年度～ 2セット(吹矢 4本)

- ・まと 2 個(バックボード付き)
- ・吹矢筒 4 本
- ・マウスピース(消耗品)



スポーツウエルネス吹矢は、5～10m離れた円形の的をめがけて息を使って矢を放ち、その得点を競うスポーツです。性別・年齢問わず誰でも手軽にでき、ゲーム感覚で楽しみながら健康になれるスポーツとして注目されています。

②9 スクエアステップマット

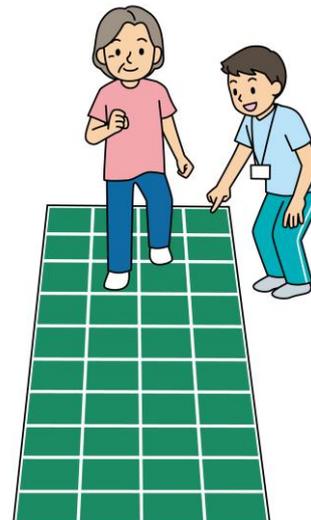
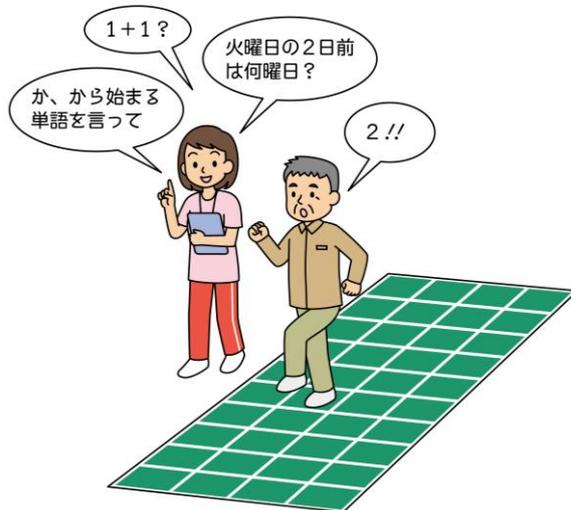
※令和7年度～ 2枚

スクエアステップとは？

升目(スクエア)で区切ったマットの上でステップ(足踏み)をする運動です。指導者やマニュアルをまねてステップを踏んでいきます。

昨今、中高年の人たちの間で少しずつ広まっており、寝たきりにつながりやすい転倒を防ぐほか、認知症を防ぐ効果も期待されています。

NEW



～スクエアステップ実施時の注意点～

- 前の人がマットの半分以上を進んでから。
- 慌てず、正確に！慌てさせない！
- 競争しない！競争させない！

自分のペースで、自分の出来る段階で、着実にコツコツ 実践することが大切です