

令和2年1月(睦月)



# 月間予定表



土支田デイサービスセンター

《午前》 ラジオ体操・呼吸法・笑いヨガ・今月の歌・お口の体操

《午後》 今月の体操・リフレッシュ体操

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
			1日	2日	3日	4日
午前	旧暦名称と語源 【睦月】皆が集まって新年を祝い、仲良く睦み合うことから		休業	休業	休業	今月の歌リクエスト・体操
午後	ついたとされます。今年はいよいよ東京オリンピック開催。 楽しい1年になりますように！					情動発散と全身運動
	6日	7日	8日	9日	10日	11日
午前	今月の歌リクエスト・体操 情動発散と全身運動	ギター演奏(青木さま) リズム知覚刺激	棒たおし 手指巧緻性運動・脳活性化	フラダンス(ハイビスカス様) 情動の発散とリラックス	コーラス(たんぽぽ様) 今月の歌リクエスト	ビンゴ・体操 全脳的活動
午後	福釣りゲーム 目と手の協調運動	書道 左右脳・小脳の活性化	書道 左右脳・小脳の活性化	華道(先生あり)・個別活動 手先運動・脳活性化	華道(先生あり)・個別活動 手先運動・脳活性化	書道 左右脳・小脳の活性化
	13日	14日	15日	16日	17日	18日
午前	手話レク(こぶし会様) 上肢運動・脳活性化	棒たおし 手指巧緻性運動・脳活性化	頭と身体を使った運動 脳活性化と運動器機能向上	土支田保育園交流会 地域交流と相互理解	手話レク(こぶし会様) 上肢運動・脳活性化	いろいろリレー 眼と手の協調運動
午後	華道(先生あり)・個別活動 手先運動・脳活性化	音楽演奏(バカモン楽団様) リズム知覚刺激	個別活動 個々に自己表現	すごろくゲーム 脳活性化と運動器機能向上	すごろくゲーム 脳活性化と運動器機能向上	茶道・個別活動 癒しと程よい緊張
	20日	21日	22日	23日	24日	25日
午前	頭と身体を使った運動 脳活性化と運動器機能向上	音楽体操 (第一興商様)	ねりまお口すつきり体操 講座	棒たおし 手指巧緻性運動・脳活性化	頭と身体を使った運動 脳活性化と運動器機能向上	カレンダー作成・体操 季節の確認(見当識の保持)
午後	ちぎり絵 脳の活性化・手の巧緻性向上	絵手紙 脳の活性化・集中力向上	福釣りゲーム 目と手の協調運動	革工芸・個別 手先運動・脳活性化	革工芸・個別 手先運動・脳活性化	介護者教室・革工芸 「腰痛・膝痛のための体操教室」
	27日	28日	29日	30日	31日	
午前	いろいろリレー 眼と手の協調運動	いろいろリレー 眼と手の協調運動	脳トレ・体操 全脳的活動	頭と身体を使った運動 脳活性化と運動器機能向上	大正琴(こずえサークル) リズム知覚刺激	
午後	個別活動・カレンダー 個々に自己表現	革工芸・個別・カレンダー 手先運動・脳活性化	個別活動・カレンダー 個々に自己表現	個別活動・カレンダー 個々に自己表現	福釣りゲーム 目と手の協調運動	
午前	★活動内容の下に期待出来る効果・効能を記載しました。		★お誕生日会を9日(木)・10(金)・11(土)に行います。			
午後	★🏆はメダル獲得の活動です。メダル10個集めると景品と交換です。		★プログラムは予告なく変更する場合があります。ご了承下さい。			
	★皆様で作成したゲームは緑、リクエストゲームはピンクの色をつけました。		★日曜はお休みです。祝日は営業しています。			
	★14(火)・15(水)・16(木)は新年御膳です。お楽しみに！		★ご家族や近隣の方のご見学は大歓迎です。			
	★ゲスト利用お待ちしております！！					

