

# 令和8年4月(卯月) 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 (効果・効能)	今月のイベント		今月の歌リクエスト・体操 情動発散と全身運動	今月の歌リクエスト・体操 情動発散と全身運動	今月の歌リクエスト・体操 情動発散と全身運動	清少納言パズル 全脳の活動
午後 (効果・効能)	6日(月) ローズガーデンにチューリップを見に行こう! 18日(土)こもれびコンサート		フラフラゴルフ 上肢運動と体幹強化運動	土支田デイバッティングセンター 上肢運動と体幹強化運動	フラフラゴルフ 上肢運動と体幹強化運動	フラフラゴルフ 上肢運動と体幹強化運動
	6日	7日	8日	9日 <b>お誕生会</b>	10日 <b>お誕生会</b>	11日 <b>お誕生会</b>
午前 (効果・効能)	絵合わせゲーム 目と手の協調運動	イチゴのケーキゲーム 目と手の協調運動	ビンゴ・体操 全脳の活動	音楽組み立て・体操 全脳の活動	<b>麻雀</b> 脳トレ・体操 全脳の活動	言葉組み立て・体操 全脳の活動
午後 (効果・効能)	チューリップガーデン・選択活動 個々に自己表現	土支田デイバッティングセンター 上肢運動と体幹強化運動	土支田デイバッティングセンター 上肢運動と体幹強化運動	華道・PKサッカー 座位バランス向上・下肢筋力増強	華道・PKサッカー 座位バランス向上・下肢筋力増強	華道・PKサッカー 座位バランス向上・下肢筋力増強
	13日 <b>理美容</b>	14日	15日	16日	17日	18日
午前 (効果・効能)	頭と身体を使った運動 脳活性化と運動器機能向上	頭と身体を使った運動 脳活性化と運動器機能向上	頭と身体を使った運動 脳活性化と運動器機能向上	頭と身体を使った運動 脳活性化と運動器機能向上	頭と身体を使った運動 脳活性化と運動器機能向上	頭と身体を使った運動 脳活性化と運動器機能向上
午後 (効果・効能)	書道 左右脳・小脳の活性化	書道 左右脳・小脳の活性化	書道 左右脳・小脳の活性化	絵手紙 脳の活性化・集中力向上	ちぎり絵 脳の活性化・手の巧緻性向上	こもれびコンサート ピアノ演奏会
	20日	21日	22日	23日	24日	25日
午前 (効果・効能)	ビンゴ・体操 全脳の活動	脳トレ・体操 全脳の活動	言葉組み立て・体操 全脳の活動	イチゴのケーキゲーム 目と手の協調運動	頭と身体を使った運動 脳活性化と運動器機能向上	頭と身体を使った運動 脳活性化と運動器機能向上
午後 (効果・効能)	春の味覚狩りゲーム 体幹バランスの向上	春の味覚狩りゲーム 体幹バランスの向上	春の味覚狩りゲーム 体幹バランスの向上	選択活動 手先運動・脳活性化	選択活動 手先運動・脳活性化	選択活動 手先運動・脳活性化
	27日	28日	29日 <b>昭和の日</b>	30日	~4月の誕生花~ アルストロメリア(みらいへの憧れ・エキゾチック) ガーベラ(希望・前向き・美しさ) ~4月の誕生石~ ダイヤモンド(永遠の絆・純潔・不変) モルガナイト(愛情・優美・慈悲)	
午前 (効果・効能)	音楽組み立て・体操 全脳の活動	頭と身体を使った運動 脳活性化と運動器機能向上	清少納言パズル 全脳の活動	絵合わせゲーム 目と手の協調運動		
午後 (効果・効能)	カレンダー作成・選択活動 個々に自己表現	カレンダー作成・選択活動 個々に自己表現	カレンダー作成・選択活動 個々に自己表現	] 上肢運動と体幹強化運動		
		★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 ★チューリップカード 10枚で皆勤賞のスタンプ1つ贈呈となります ★13日(月)は理美容です。臨時・お申込みお待ちしております ★10日(金)の午前、28日(火)に麻雀実施します				