

令和5年9月(長月)



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	
午前 (効果・効能)	祝 健寿会 18日(月)バンド演奏♪(だいこんフラス) 19日(火)落語会(大泉落語研究会) 20日(水)民謡演奏会♪			★今月のイベント★ 14日(木)ドシダオールスターズ♪ 16日(土)ビッグ絵本読み聞かせ(水口さん) 27日(水)読み聞かせ(稲荷山図書館)		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
午後 (効果・効能)	~ 振替利用、臨時利用お待ちしております♪ ~					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
	4日	5日	6日	7日	8日	9日	
午前 (効果・効能)	今月の歌リクエスト・体操 情動発散と全身運動	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	頭と身体を使った運動 脳活性化と運動器機能向上	音楽組み立て・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	
午後 (効果・効能)	ストラックアウト 上肢運動と体幹強化運動	ストラックアウト 上肢運動と体幹強化運動	ちぎり紙 脳の活性化・集中力向上	選択活動 個々に自己表現	選択活動 個々に自己表現	選択活動 個々に自己表現	
	11日	12日	13日 お誕生会	14日	15日 お誕生会	16日 お誕生会	
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	缶つみゲーム 上肢・体幹運動	缶つみゲーム 上肢・体幹運動	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	ビッグ絵本読み聞かせ (水口さん)	
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	ドシダオールスターズ ギター・ピアノ演奏会	選択活動 個々に自己表現	トランプボーリング 目と手の協調運動	
	18日 敬老の日	19日	20日	21日	22日	23日 秋分の日	
午前 (効果・効能)	ブラスバンド演奏会	落語会	民謡演奏会	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)	カレンダー作成・体操 季節の確認(見当識の保持)	
午後 (効果・効能)	健寿会	健寿会	健寿会 祝	フラフラゴルフ 上肢運動と体幹強化運動	ストラックアウト 上肢運動と体幹強化運動	絵手紙 脳の活性化・集中力向上	
	25日	26日	27日	28日	29日	30日	
午前 (効果・効能)	缶つみゲーム 上肢・体幹運動	頭と身体を使った運動 脳活性化と運動器機能向上	読み聞かせ (稲荷山図書館)	絵合わせゲーム 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)	華道・選択活動 個々に自己表現	華道・選択活動 手先運動・脳活性化	華道・選択活動 手先運動・脳活性化	選択活動 個々に自己表現	選択活動 個々に自己表現	選択活動 個々に自己表現	
				今月の雑学【十五夜 2023年は9月29日】 お月見のお供えの月見団子は満月を表現していると言われてます。 地域によっては里芋やさつま芋を供える事もある様です。 お供えを食べる事で健康になれると考えられています。			
 いつも ありがとう	★ 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。						