










平成28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 |
| 午前 | 今月の二十四節気⇒小寒(しょうかん)1/5頃で この日は寒の入り、これから節分までの期間が「寒」である。 | | |  | 元旦 | 休日 |
| 午後 | 寒さはこれからが本番。池や川の氷も厚みをます頃である。 | | | | | |
| | 4日 | 5日 | 6日 | 7日 | 8日 | 9日 |
| 午前 | 今月の歌リクエスト・絵馬作成 全身運動と情動発散 | 今月の歌リクエスト・絵馬作成 全身運動と情動発散 | 今月の歌リクエスト・絵馬作成 全身運動と情動発散 | トランプポーリング 目と手の協調運動 | コーラス(たんぽぽ様) リズム知覚刺激 | トランプポーリング 目と手の協調運動 |
| 午後 |  すごろくゲーム 脳活性化と運動器機能向上 | 書道 左右脳・小脳の活性化 |  すごろくゲーム 脳活性化と運動器機能向上 | 書道 左右脳・小脳の活性化 |  すごろくゲーム 脳活性化と運動器機能向上 | 書道 左右脳・小脳の活性化 |
| | 11日 | 12日 | 13日 | 14日 | 15日 | 16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 | 大正琴(こずえサークル様) リズム知覚刺激 | 手話レク(こぶし会様) 上肢運動・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 | 手話レク(こぶし会様) 上肢運動・脳活性化 | 脳リハ・体操 全脳的活動 |
| 午後 | ハーモニカ(牧様) リズム知覚刺激 | 絵手紙 脳の活性化・集中力向上 | ドックセラピー 気持ちの癒しと安らぎ |  土支田デイカップ 座位バランス・下肢筋力強化 |  土支田デイカップ 座位バランス・下肢筋力強化 | 民謡(民友会様) リズム知覚刺激 |
| | 18日 | 19日 | 20日 | 21日 | 22日 | 23日 |
| 午前 | 健康いきいき講演会 「電磁波と健康」 | 土支田保育園交流会 地域交流と相互理解 | 頭と身体を使った運動 脳活性化と運動器機能向上 | 夢フルアート音楽クラブ リズム知覚刺激 |  トランプポーリング 目と手の協調運動 | カレンダー作成・体操 季節の確認(見当識の保持) |
| 午後 | 華道(先生あり)・他活動 手先運動・脳活性化 | 華道(先生あり)・他活動 手先運動・脳活性化 | 楽しく学ぼう認知症 ふうちゃんファミリー | 個別活動 個々に自己表現 | 革工芸・個別活動 手先運動・脳活性化 | 華道(先生あり)・他活動 手先運動・脳活性化 |
| | 25日 | 26日 | 27日 | 28日 | 29日 | 30日 |
| 午前 | 脳リハ・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 |  土支田デイカップ 座位バランス・下肢筋力強化 | 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) | 頭と身体を使った運動 脳活性化と運動器機能向上 |
| 午後 | おやつ作り 手先運動・脳活性化 | 革工芸・個別活動 手先運動・脳活性化 | ちぎり絵 脳の活性化・手の巧緻性向上 | 革工芸・個別活動 手先運動・脳活性化 | 個別活動 個々に自己表現 | 革工芸・個別活動 手先運動・脳活性化 |
| 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。 | | ★カットサービスは27(水)・28(木)・29(金)です。 | | ★お誕生日会を7(木)・8(金)・9(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。 | | ★日曜はお休みです。祝日は営業しています。 | |
| | ★年末年始休業は12/31～1/3です。1月4日(月)から通常営業です。 | | ★ご家族や近隣の方のご見学は大歓迎です。 | | | |
| | ★11(月)・12(火)・13(水)は新年御膳です。乾杯でお祝します。 | | | | | |