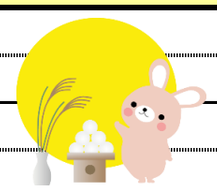
# 平成29年9月(長月) 月間予定表 土支田デイサービスセンター

《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 | 今月の誕生石(別名)と意味<br>・サファイア(青玉)…聡明さ・優雅さを高める。<br>堅固な愛をもたらす。<br>・ラピスラズリ(青金石)…幸運の守護石。 | | | | 今月の歌リクエスト・体操<br>情動発散と全身運動 | 今月の歌リクエスト・体操<br>情動発散と全身運動 |
| 午後 | | | | | ちぎり絵<br>脳の活性化・手の巧緻性向上 | 華道（先生あり）・個別活動<br>手先運動・脳活性化 |
| | 4日 | 5日 | 6日 | 7日 | 8日 | 9日 |
| 午前 | 今月の歌リクエスト・体操<br>情動発散と全身運動 | 頭と身体を使った運動<br>脳活性化と運動器機能向上 | お手玉神経衰弱<br>目と手の協調運動・座位強化 | 棒たおし<br>手指巧緻性運動・脳活性化 | コーラス(たんぽぽ様)<br>リズム知覚刺激 | 棒たおし<br>手指巧緻性運動・脳活性化 |
| 午後 | 書 道<br>左右脳・小脳の活性化 | 華道（先生あり）・個別活動<br>手先運動・脳活性化 | 華道（先生あり）・個別活動<br>手先運動・脳活性化 | 絵手紙<br>脳の活性化・集中力向上 | 書 道<br>左右脳・小脳の活性化 | 書 道<br>左右脳・小脳の活性化 |
| | 11日 | 12日 | 13日 | 14日 | 15日 | 16日 |
| 午前 | 大正琴(こずえサークル様<br>リズム知覚刺激 | 脳リハ・体操<br>全脳的活動 | 手話レク(こぶし会様)<br>上肢運動・脳活性化 | 笑いヨガ(田所メアリー様)<br>免疫力向上・健康増進 | 落語（大泉落語研究会様）<br>集中力向上・幸せホルモン増進 | 管弦楽(オリオン様)<br>リズム知覚刺激 |
| 午後 | フラフラゴルフ<br>上肢運動と体幹強化運動 | ねじって手渡しゲーム<br>バランス力向上・消化器活性 | ねじって手渡しゲーム<br>バランス力向上・消化器活性 | 健寿祝会<br>「喜び」を祝します | 健寿祝会<br>「喜び」を祝します | 健寿祝会<br>「喜び」を祝します |
| | 18日 | 19日 | 20日 | 21日 | 22日 | 23日 |
| 午前 | ギター演奏(青木さま)<br>リズム知覚刺激 | お手玉神経衰弱<br>目と手の協調運動・座位強化 | 頭と身体を使った運動<br>脳活性化と運動器機能向上 | フラダンス(ハイビスカス様<br>情動の発散とリラックス | 手話レク(こぶし会様)<br>上肢運動・脳活性化 | カレンダー作成・体操<br>季節の確認(見当識の保持) |
| 午後 | ねじって手渡しゲーム<br>バランス力向上・消化器活性 | 革工芸・個別活動<br>手先運動・脳活性化 | 茶道・個別活動<br>癒しと程よい緊張 | 練馬交響楽団<br>知覚刺激と情動の発散 | フラフラゴルフ<br>上肢運動と体幹強化運動 | フラフラゴルフ<br>上肢運動と体幹強化運動 |
| | 25日 | 26日 | 27日 | 28日 | 29日 | 30日 |
| 午前 | 頭と身体を使った運動<br>脳活性化と運動器機能向上 | カレンダー作成・体操<br>季節の確認(見当識の保持) | 土支田保育園交流会<br>地域交流と相互理解 | お手玉神経衰弱<br>目と手の協調運動・座位強化 | 棒たおし<br>手指巧緻性運動・脳活性化 | 脳リハ・体操<br>全脳的活動 |
| 午後 | 個別活動<br>個々に自己表現 | 個別活動<br>個々に自己表現 | 個別活動・カレンダー作成<br>個々に自己表現 | 革工芸・個別・カレンダー<br>手先運動・脳活性化 | 革工芸・個別活動<br>手先運動・脳活性化 | 革工芸・個別活動<br>手先運動・脳活性化 |



★活動内容の下に期待出来る効果・効能を記載しました。
★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。
★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。
★14(木)・15(金)・16(土)は『健寿会』です。
ゲスト利用お待ちしております！！

★お誕生日会を4(月)・5(火)・6(水)に行います。
★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。
★ご家族や近隣の方のご見学は大歓迎です。
★21(木)は練馬交響楽団の演奏があります。