

令和2年2月(如月)



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
午前	旧暦名称と語源 【睦月】如月の名は、厳しい寒さから衣を更に重ねる「更衣着」が転じた説が有力。ほかに陽気が更に来る「気更来」草木が生えはじめる「生更木」からという説もあります。					今月の歌リクエスト・体操 情動発散と全身運動
午後						ストラックアウト 上肢運動と体幹強化運動
	3日	4日	5日	6日	7日	8日
午前	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	香香・真真ゲーム 目と手の協調・手腕の運動	音楽組み立て・体操 全脳的活動	落ちたら割れちゃうゲーム 手先・体幹運動	脳トレ・体操 全脳的活動
午後	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	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	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
	10日	11日	12日	13日	14日	15日
午前	稲荷山図書館の方たち による読み聞かせ	頭と身体を使った運動 脳活性化と運動器機能向上	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	コーラス(たんぽぽ様) リズム知覚刺激	頭と身体を使った運動 脳活性化と運動器機能向上
午後	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	ピラミッドゲーム 目と手の協調・体幹運動	ピラミッドゲーム 目と手の協調・体幹運動	ちぎり絵 脳の活性化・手の巧緻性向上	個別活動 個々に自己表現
	17日	18日	19日	20日	21日	22日
午前	香香・真真ゲーム 目と手の協調・手腕の運動	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	ピラミッドゲーム 目と手の協調・体幹運動	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	民謡(愛和会様) リズム知覚刺激	絵手紙(先生なし) 脳の活性化・集中力向上	個別活動 個々に自己表現	介護者教室・革工芸 「高齢者の食事の大切さ」	ウクレレ演奏 (じょうだんハワイアンセンター様)
	24日	25日	26日	27日	28日	29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	香香・真真ゲーム 目と手の協調・手腕の運動	音楽組み立て・体操 全脳的活動	落ちたら割れちゃうゲーム 手先・体幹運動	高松幼稚園交流会 地域交流と相互理解	落ちたら割れちゃうゲーム 手先・体幹運動
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 個々に自己表現	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	革工芸・個別 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。					★お誕生日会を10日(月)・11(火)・12(水)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。
	★1/31日(金)・2/1日(土)・3(月)は「ほうとう鍋」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!!					

