

令和2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	3日	4日	5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	今月の歌リクエスト・体操 情動発散と全身運動	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		フラフラゴルフ 上肢運動と体幹強化運動	足で香香・真真ゲーム 座位バランス・下肢筋力向上	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	個別活動 個々に自己表現	個別活動 個々に自己表現
	7日	8日	9日	10日	11日	12日
午前	脳リハ・体操 全脳的活動	言葉組み立て・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	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	足で香香・真真ゲーム 座位バランス・下肢筋力向上	絵手紙・(個別活動) 脳の活性化・集中力向上	ちぎり絵・(個別活動) 脳の活性化・手の巧緻性向上	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
	14日	15日	16日	17日	18日	19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	頭と身体を使った運動 脳活性化と運動器機能向上	脳リハ・体操 全脳的活動	映画上映会	映画上映会	映画上映会
午後	華道・個別活動 手先運動・脳活性化	華道・個別活動 手先運動・脳活性化	華道・個別活動 手先運動・脳活性化	健寿会	健寿会	健寿会
	21日	22日	23日	24日	25日	26日
午前	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	頭と身体を使った運動 脳活性化と運動器機能向上	ビンゴ・体操 全脳的活動	ビンゴ・体操 全脳的活動
午後	フラフラゴルフ 上肢運動と体幹強化運動	足で香香・真真ゲーム 座位バランス・下肢筋力向上	個別活動・カレンダー 個々に自己表現	個別活動・カレンダー 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
	28日	29日	30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	頭と身体を使った運動 脳活性化と運動器機能向上	言葉組み立て・体操 全脳的活動		今月の雑学【秋の七草】 秋の七草は、春の七草のように食べはせず秋の風情を 楽しむものです。 萩・雄花(すすき)・葛・撫子・女郎花・藤袴・桔梗	
午後	個別活動 個々に自己表現	個別活動 個々に自己表現	フラフラゴルフ 上肢運動と体幹強化運動			
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9(水)・11(金)・12(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。	
			★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。	
			★17(木)・18(金)・19(土)は健寿会です。お楽しみに！		★新型コロナウイルス感染予防の為、ボランティアの方による活動を中止しています。	