




令和2年10月(神無月) 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
午前	今月の雑学【お月見】 今年、10月1日が「十五夜」29日が「十三夜」です。			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
午後	月見団子を飾り美しい月を鑑賞する行事です。十五夜の次に月が美しいといわれているのが「十三夜」です。			 ボーリング  上肢運動と体幹バランス向上	 足でゆらゆらスマートボール  座位バランス・下肢筋力向上	 足でゆらゆらスマートボール  座位バランス・下肢筋力向上
	5日	6日	7日	8日	9日	10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	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	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	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	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
	12日	13日	14日	15日	16日	17日
午前	脳リハ・体操 全脳的活動	脳リハ・体操 全脳的活動	ビンゴ・体操 全脳的活動	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	頭と身体を使った運動 脳活性化と運動器機能向上
午後	 足でゆらゆらスマートボール  座位バランス・下肢筋力向上	 ボーリング  上肢運動と体幹バランス向上	 ボーリング  上肢運動と体幹バランス向上	 袋つりゲーム  目と手の協調運動	絵手紙・個別活動 脳の活性化・集中力向上	個別活動 個々に自己表現
	19日	20日	21日	22日	23日	24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	ビンゴ・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	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	個別活動 個々に自己表現	 袋つりゲーム  目と手の協調運動	個別活動 個々に自己表現	ちぎり絵・個別活動 脳の活性化・手の巧緻性向上	 秋の味覚落としゲーム  体幹バランスの向上	 袋つりゲーム  目と手の協調運動
	26日	27日	28日	29日	30日	31日
午前	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	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	頭と身体を使った運動 脳活性化と運動器機能向上	ハロウィンビンゴ
午後	 秋の味覚落としゲーム  体幹バランスの向上	個別活動 個々に自己表現	 秋の味覚落としゲーム  体幹バランスの向上	個別活動 個々に自己表現	個別活動 個々に自己表現	ハロウィン 
午前	<p>★活動内容の下に期待出来る効果・効能を記載しました。</p> <p>★ 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。</p> <p>★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。</p> <p>★31日(土)は1日限定”ハロウィン”です。お楽しみに！</p>					<p>★お誕生日会を12(月)・13(火)・14(水)に行います。</p> <p>★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。</p> <p>★日曜はお休みです。祝日は営業しています。</p> <p>★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。</p>
午後						