

令和3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 1日	火曜日 2日	水曜日 3日	木曜日 4日	金曜日 5日	土曜日 6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	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	脳リハ・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	🚫 ストラックアウト 🏆 上肢運動と体幹強化運動	🚫 土支田デイゲートボール 🏆 上肢運動と体幹強化運動	🚫 選択活動 🏆 個々に自己表現	🚫 スリッパとばし 🏆 座位バランス向上・下肢筋力増強
	8日	9日	10日	11日	12日	13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	🚫 缶つみゲーム 🏆 上肢・体幹運動	🚫 缶つみゲーム 🏆 上肢・体幹運動	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
午後	🚫 書道 🏆 手先運動・脳活性化	🚫 書道 🏆 手先運動・脳活性化	🚫 書道 🏆 手先運動・脳活性化	🚫 華道・選択活動 🏆 手先運動・脳活性化	🚫 華道・選択活動 🏆 手先運動・脳活性化	🚫 華道・選択活動 🏆 手先運動・脳活性化
	15日	16日	17日	18日	19日	20日
午前	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	介護者教室 「感染症に負けない体作り」	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	🚫 選択活動 🏆 個々に自己表現	🚫 ちぎり絵 🏆 脳の活性化・手の巧緻性向上	🚫 選択活動 🏆 個々に自己表現	🚫 絵手紙 🏆 脳の活性化・集中力向上	🚫 スリッパとばし 🏆 座位バランス向上・下肢筋力増強	🚫 土支田デイゲートボール 🏆 上肢運動と体幹強化運動
	22日	23日	24日	25日	26日	27日
午前	脳リハ・体操 全脳的活動	🚫 缶つみゲーム 🏆 上肢・体幹運動	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	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
午後	🚫 スリッパとばし 🏆 座位バランス向上・下肢筋力増強	🚫 選択活動 🏆 個々に自己表現	🚫 選択活動 🏆 個々に自己表現	🚫 選択活動 🏆 個々に自己表現	🚫 土支田デイゲートボール 🏆 上肢運動と体幹強化運動	🚫 選択活動 🏆 個々に自己表現
午前						今月の雑学【今年の節分は2月2日！】節分とは季節の分かれ目を表す言葉で、本来は立春・立夏・立秋・立冬の前日を指します。そのため2月3日が立春である今年は、その前日の2月2日が節分となります。
午後						
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。 ★🏆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。		★お誕生日会を10(木)・11(金)・12(土)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。			
午後	★1(月)・2(火)・3(水)は節分を行います。		★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。			