

令和3年3月(弥生)



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	🏆 輪つみゲーム 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	脳リハ・体操 全脳的活動
午後	🏆 雑壇をつくろう！ 上肢運動・脳活性化	🏆 雑壇をつくろう！ 上肢運動・脳活性化	🏆 雑壇をつくろう！ 上肢運動・脳活性化	🏆 選択活動 個々に自己表現	🏆 絵手紙 脳の活性化・集中力向上	🏆 ボーリング 上肢運動と体幹バランス向上
	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	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	🏆 輪つみゲーム 上肢・体幹運動
午後	🏆 選択活動 個々に自己表現	🏆 選択活動 個々に自己表現	🏆 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	🏆 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
	15日	16日	17日	18日	19日	20日
午前	言葉組み立て・体操 全脳的活動	🏆 脳リハ・体操 全脳的活動	🏆 介護者教室 「感染症に負けない体作り」	🏆 脳リハ・体操 全脳的活動	🏆 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
午後	🏆 選択活動 個々に自己表現	🏆 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	🏆 ちぎり絵 脳の活性化・手の巧緻性向上	🏆 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	🏆 選択活動 個々に自己表現
	22日	23日	24日	25日	26日	27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	🏆 輪つみゲーム 上肢・体幹運動	🏆 言葉組み立て・体操 全脳的活動
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	🏆 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	🏆 お花見・選択活動 個々に自己表現	🏆 お花見・選択活動 個々に自己表現	🏆 お花見・選択活動 個々に自己表現
	29日	30日	31日	今月の雑学【ひな祭り】		
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	もともとひな祭りは、紙や布で作られた人形を使う「ひいな遊び」という平安時代の遊びでした。時代と共に「飾って楽しむもの」に変化しました。		
午後	🏆 お花見・選択活動 個々に自己表現	🏆 お花見・選択活動 個々に自己表現	🏆 お花見・選択活動 個々に自己表現			
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。 ★25(木)～31(水)で「お花見」を計画中です。開花状況によって、日程を変更する場合があります。ご了承ください。		
午後				★お誕生日会を11(木)・12(金)・13(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。 ★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。		