

令和3年11月(霜月)

# 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	言葉組み立て・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	
午後	PKサッカー 座位バランス向上・下肢筋力増強	PKサッカー 座位バランス向上・下肢筋力増強	暁暁・蕾蕾ゲーム 座位バランス・上下肢筋力向上	トランプポーリング 目と手の協調運動	トランプポーリング 目と手の協調運動	選択活動 個々に自己表現	
	8日	9日	10日	11日	12日	13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	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	言葉組み立て・体操 全脳的活動	
午後	選択活動 個々に自己表現	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	棒たおし 手指巧緻性運動・脳活性化	ちぎり絵 脳の活性化・集中力向上	トランプポーリング 目と手の協調運動	
	15日	16日	17日	18日	19日	20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	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	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	絵手紙 脳の活性化・集中力向上	暁暁・蕾蕾ゲーム 座位バランス・上下肢筋力向上	PKサッカー 座位バランス向上・下肢筋力増強	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	
	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	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	
午後	暁暁・蕾蕾ゲーム 座位バランス・上下肢筋力向上	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	選択活動 個々に自己表現	棒たおし 手指巧緻性運動・脳活性化	
	29日	30日				<b>今月の豆知識【酉の市では値切りが粋！】</b> 「値切り」は「運を切る」に繋がることから、縁起物は値切り交渉をを行わないのが一般的です。酉の市では買い手が安く値切るほど縁起が良いとされています。	
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					
午後	選択活動 個々に自己表現	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。		★お誕生日会を10(水)・11(木)・12(金)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。				
午後	★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。				
午後	★15(月)・16(火)・17(水)は「実演・手打ちそば」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。				