

令和4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
午前	今月の雑学【かぼちゃの名前の由来】 「かぼちゃ」という日本名の由来は「カンボジア瓜」			今月の歌リクエスト・体操	今月の歌リクエスト・体操	今月の歌リクエスト・体操
午後	と呼ばれていたものがなまって「かぼちゃ」となったとの説があるそうです。			情動発散と全身運動	情動発散と全身運動	情動発散と全身運動
				足で暁暁・蕾蕾ゲーム 座位バランス・下肢筋力向上	フラフラゴルフ 上肢運動と体幹強化運動	フラフラゴルフ 上肢運動と体幹強化運動
	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	音楽レクプログラム 【ズーム】10:00~11:00	頭と身体を使った運動 脳活性化と運動器機能向上	音楽玉とり 目と手の協調運動	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	選択活動 個々に自己表現	足で暁暁・蕾蕾ゲーム 座位バランス・下肢筋力向上	選択活動 個々に自己表現	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
	12日	13日	14日	15日	16日	17日
午前	脳トレ・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	映画上映会	映画上映会	映画上映会
午後	フラフラゴルフ 上肢運動と体幹強化運動	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	健寿会	健寿会	健寿会
	19日	20日	21日	22日	23日	24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)	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	音楽玉とり 目と手の協調運動	音楽玉とり 目と手の協調運動
午後	絵手紙 脳の活性化・集中力向上	フラフラゴルフ 上肢運動と体幹強化運動	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	林送迎員による ギター演奏	選択活動 個々に自己表現
	26日	27日	28日	29日	30日	
午前	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	脳トレ・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	選択活動 個々に自己表現	選択活動 個々に自己表現	足で暁暁・蕾蕾ゲーム 座位バランス・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	
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7(水)・8(木)・9(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。
			★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。
			★15(木)・16(金)・17(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。