

令和6年1月(睦月) 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	休業 			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	休業			🏆 すごろくゲーム 🌟 脳活性化と運動器機能向上	🏆 すごろくゲーム 🌟 脳活性化と運動器機能向上	🏆 すごろくゲーム 🌟 脳活性化と運動器機能向上
	8日 成人の日	9日	10日	11日	12日	13日
午前	脳トレ・体操 全脳的活動	🏆 絵合わせゲーム 🌟 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	🏆 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	🏆 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	🏆 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
	15日	16日	17日	18日 お誕生会	19日 お誕生会	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	🏆 脳トレ・体操 🌟 全脳的活動	🏆 絵合わせゲーム 🌟 目と手の協調運動	🏆 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)	🏆 カレンダー作成・体操 🌟 季節の確認(見当識の保持)
午後	🏆 ちぎり絵 🌟 脳の活性化・手の巧緻性向上	🏆 福釣りゲーム 🌟 目と手の協調運動	🏆 ドシダオールスターズ 🌟 ギター・ピアノ演奏会	🏆 絵手紙 🌟 脳の活性化・集中力向上	🏆 福釣りゲーム 🌟 目と手の協調運動	🏆 福釣りゲーム 🌟 目と手の協調運動
	22日 お誕生会	23日	24日	25日	26日	27日
午前	🏆 絵合わせゲーム 🌟 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	🏆 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
午後	🏆 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	🏆 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
	29日	30日	31日	2024   		
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	🏆 脳トレ・体操 🌟 全脳的活動	★ 今月のイベント ★ 17日(水)ドシダオールスターズ♪		
午後	🏆 ストラックアウト 🌟 上肢運動と体幹強化運動	🏆 大正琴&フラダンス 🌟 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	30日(火)大正琴&フラダンス(こずえサークル) ～振替利用・臨時利用お待ちしております♪～		
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。 ★4(木)・5(金)・6(土)は新年御膳です。お楽しみに! ★18(木)・19日(金)・20日(土)は調理プログラムで「ふろふき大根」を作る予定です。		
午後				📄  今月の雑学【お年玉の由来】 年神様から授けられたとされる餅玉は「お年玉」として渡し、お雑煮として頂くことで、1年の生きる気力や願い事が叶うと考えられていました。餅玉の中に魂があるという意味が込められたのがお年玉の由来です。		