

令和6年4月(卯月)

# 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 (効果・効能)	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	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	
午後 (効果・効能)	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	春の味覚狩りゲーム 体幹バランスの向上	春の味覚狩りゲーム 体幹バランスの向上	春の味覚狩りゲーム 体幹バランスの向上	
	8日	9日	10日	11日	12日	13日	
午前 (効果・効能)	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	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 (効果・効能)	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	選択活動 個々に自己表現	選択活動 個々に自己表現	フラメンコ	
	15日	16日 お誕生会	17日	18日	19日 お誕生会	20日 お誕生会	
午前 (効果・効能)	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)	絵本読み聞かせ (水口さん)	音楽組み立て・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 (効果・効能)	絵手紙 脳の活性化・集中力向上	土支田デイパッシングセンター 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	ちぎり絵 脳の活性化・手の巧緻性向上	PKサッカー 座位バランス向上・下肢筋力増強	ドシダオールスターズ ギター・ピアノ演奏会	
	22日	23日	24日	25日	26日	27日	
午前 (効果・効能)	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	音楽組み立て・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	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	
午後 (効果・効能)	フラダンス&歌	選択活動 個々に自己表現	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	華道・選択活動 手先運動・脳活性化	
	29日 昭和の日	30日				<p>★今月のイベント★</p> <p>13日(土)フラメンコ(ラカジャリスタ様)</p> <p>18日(木)絵本読み聞かせ 20日(土)ドシダオールスターズ</p> <p>22日(月)フラダンス(ナナナ モエ様)</p> <p>【春が旬の美味しい魚は?】</p> <p>マダイ、メバル、ニシン、カツオ、サヨリ、ニジマス、カンパチ、ハモ、アイナメ、イサキ、ウルメなどがあります。春限定で美しい名前に変化するのがマダイです。産卵期になるとホルモンの影響でうっすら桜色に染まり「桜鯛」と呼ばれます。</p>	
午前 (効果・効能)	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					
午後 (効果・効能)	選択活動 個々に自己表現	フラフラゴルフ 上肢運動と体幹強化運動					
		<p>はメダル獲得の活動です。景品との交換は3月で終了とさせて頂きました。</p> <p>★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。</p>					