

令和5年8月(葉月) 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 1日	水曜日 2日	木曜日 3日 	金曜日 4日 	土曜日 5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	ビンゴ・体操 全脳的活動	脳トレ・体操 全脳的活動
午後		 魚釣りゲーム 目と手の協調運動	 魚釣りゲーム 目と手の協調運動	 土支田デイバッティングセンター 上肢運動と体幹強化運動	 土支田デイバッティングセンター 上肢運動と体幹強化運動	 土支田デイバッティングセンター 上肢運動と体幹強化運動
	7日	8日	9日	10日	11日	12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	ビンゴ・体操 全脳的活動	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	頭と身体を使った運動 脳活性化と運動器機能向上
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	ちぎり紙 脳の活性化・集中力向上	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
	14日	15日	16日	17日	18日	19日
午前	 金魚すくいゲーム 目と手の協調運動	 金魚すくいゲーム 目と手の協調運動	 金魚すくいゲーム 目と手の協調運動	ビンゴ・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
午後	スイカ割り	スイカ割り	スイカ割り	 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	絵手紙 脳の活性化・集中力向上	 ドシダオールスターズ ギター・ピアノ演奏会
	21日	22日	23日	24日	25日	26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	 絵合わせゲーム 目と手の協調運動
午後	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	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
	28日	29日	30日	31日	<p>★今月のイベント★ ふるさと文化館に外出 しまむらにお買い物 かき氷3日間 すいか割り3日間 ドシダオールスターズ♪ </p>	
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	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	選択活動 個々に自己表現	魚釣りゲーム 目と手の協調運動		
		<p>★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。 ★お誕生日会を22日(火)・24日(木)・25日(金)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。</p>			<p>今月の雑学【美味しいスイカの見分け方】 ・縞模様が濃くてはっきりしている ・糖度は11度以上のもの ・ツルの色が緑色でツルの周辺が少しへこんでいる ◎カットスイカの場合は果肉の鮮やかな赤色で、種も真っ黒のものを選ぶのがおすすめです。 </p>	
午前						
午後						