

令和3年1月



活動予定表

光が丘デイサービスセンター

	月	火	水	木	金	土
					1	2
午前 目的	<p style="text-align: center;">年始休業 1/1 ~ 1/3</p>					
午後 目的						
	4	5	6	7	8	9
午前 目的	カラオケ・頭の体操 肺機能を高める・脳を活性化する	カラオケ・頭の体操 肺機能を高める・脳を活性化する	カラオケ・頭の体操 肺機能を高める・脳を活性化する	カラオケ・頭の体操 肺機能を高める・脳を活性化する	カラオケ・頭の体操 肺機能を高める・脳を活性化する	カラオケ・頭の体操 肺機能を高める・脳を活性化する
	リハ体操	リハ体操	リハ体操	リハ体操	リハ体操	リハ体操
午後 目的	カルタ取り 季節を感じながら上肢の運動	カルタ取り・誕生会 季節を感じながら上肢の運動	お正月遊び 季節を感じながら上肢の運動	釣りゲーム 上肢の運動	手工芸 指の巧緻性を高める	お楽しみ 季節行事の雰囲気味わう
	11	12	13	14	15	16
午前 目的	カラオケ・頭の体操 肺機能を高める・脳を活性化する	カラオケ・頭の体操 肺機能を高める・脳を活性化する	カラオケ・頭の体操 肺機能を高める・脳を活性化する	カラオケ・頭の体操 肺機能を高める・脳を活性化する	カラオケ・頭の体操 肺機能を高める・脳を活性化する	カラオケ・頭の体操 肺機能を高める・脳を活性化する
	リハ体操	リハ体操	リハ体操	リハ体操	リハ体操	リハ体操
午後 目的	お楽しみ 季節行事の雰囲気味わう	書道 集中力向上	クイズ・誕生会 自己知識を深める	巻き巻きゲーム 上肢の運動	釣りゲーム 上肢の運動	ストラックアウト 上肢の運動
	18	19	20	21	22	23
午前 目的	カラオケ・頭の体操 肺機能を高める・脳を活性化する	カラオケ・頭の体操 肺機能を高める・脳を活性化する	カラオケ・頭の体操 肺機能を高める・脳を活性化する	カラオケ・頭の体操 肺機能を高める・脳を活性化する	カラオケ・頭の体操 肺機能を高める・脳を活性化する	カラオケ・頭の体操 肺機能を高める・脳を活性化する
	リハ体操	リハ体操	リハ体操	リハ体操	リハ体操	リハ体操
午後 目的	カレンダー 季節を感じる	カレンダー 季節を感じる	カレンダー 季節を感じる	ボウリング 上肢の運動	輪投げ・誕生会 上肢の運動	書道 集中力向上
	25	26	27	28	29	30
午前 目的	カラオケ・頭の体操 肺機能を高める・脳を活性化する	カラオケ・頭の体操 肺機能を高める・脳を活性化する	カラオケ・頭の体操 肺機能を高める・脳を活性化する	カラオケ・頭の体操 肺機能を高める・脳を活性化する	カラオケ・頭の体操 肺機能を高める・脳を活性化する	カラオケ・頭の体操 肺機能を高める・脳を活性化する
	リハ体操	リハ体操	リハ体操	リハ体操	リハ体操	リハ体操
午後 目的	キックボウリング 下肢の運動	パターゴルフ 上肢の運動	ストラックアウト 上肢の運動	ヨーヨー釣りゲーム 上肢の運動	ボウリング 上肢の運動	缶倒しゲーム 上肢の運動

*活動プログラムは、状況により変更となることがありますのでご了承ください。