

# 令和4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
午前 目的						
午後 目的						
	3	4	5	6	7	8
午前 目的	<b>デイサービス お休み</b>	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	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	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	頭の体操 脳を活性化する リハ体操	初詣・頭の体操 季節を感じる・脳を活性化する リハ体操
午後 目的		お正月遊び 季節を感じ、指の巧技性を高める	お正月遊び 季節を感じ、指の巧技性を高める	お正月遊び 季節を感じ、指の巧技性を高める	キックボーリング 上肢の運動・集中力向上	初詣/誕生会 日本の伝統を感じる
	10	11	12	13	14	15
午前 目的	初詣・頭の体操 季節を感じる・脳を活性化する リハ体操・体重測定	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・体重測定	頭の体操 脳を活性化する リハ体操・体重測定	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・体重測定	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・体重測定	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・体重測定
午後 目的	初詣 日本の伝統を感じる	パターゴルフ 上肢の運動・集中力向上	カラオケ 肺機能を高める	クイズ 脳を活性化する	クイズ/誕生会 脳を活性化する	缶倒しゲーム 上肢の運動・集中力向上
	17	18	19	20	21	22
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 リハ体操	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	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	カラオケ・頭の体操 脳を活性化する リハ体操	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	頭の体操 脳を活性化する リハ体操
午後 目的	カレンダー 季節を感じ、脳の活性化を高める	カレンダー 季節を感じ、脳の活性化を高める	カレンダー 季節を感じ、脳の活性化を高める	書道/選択活動 季節を感じ、指の巧技性を高める	カラオケ 肺機能を高める	カーリング 上肢の運動・集中力向上
	24	25	26	27	28	29
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 リハ体操	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	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	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	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	頭の体操 脳を活性化する リハ体操
午後 目的	書道/選択活動 季節を感じ、指の巧技性を高める	輪投げゲーム/誕生会 肺機能を高める・脳を活性化する	テーブルのせゲーム 上肢の運動・集中力向上	魚釣りゲーム 上肢の運動・集中力向上	ポッチャゲーム 上肢の運動・集中力向上	カラオケ 肺機能を高める
	31					
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 リハ体操					
午後 目的	ボーリング 季節を感じ、指の巧技性を高める					

\*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。