



令和4年12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	3
午前				カラオケ・頭の体操	カラオケ・頭の体操	カラオケ・頭の体操
目的				肺機能を高める・脳を活性化する リハビリ	脳を活性化する リハビリ	肺機能を高める・脳を活性化する リハビリ
午後				ストラックアウトゲーム	輪投げゲーム	絵手紙/誕生会
目的	上肢の運動・集中力向上	上肢の運動・集中力向上	指の技巧性を高める			
4	5	6	7	8	9	10
午前	カラオケ・頭の体操	カラオケ・頭の体操	カラオケ・頭の体操	頭の体操	頭の体操	カラオケ・頭の体操
目的	肺機能を高める・脳を活性化する リハビリ	肺機能を高める・脳を活性化する リハビリ	肺機能を高める・脳を活性化する リハビリ	脳を活性化する リハビリ	脳を活性化する リハビリ	肺機能を高める・脳を活性化する リハビリ
午後	大人のぬり絵	テーブルカーリング	クイズ	タワーゲーム	カラオケ/大人のぬり絵	タワーゲーム
目的	指の技巧性を高める	上肢の運動・集中力向上	脳を活性化する	上肢の運動・集中力向上	指の技巧性を高める	上肢の運動・集中力向上
11	12	13	14	15	16	17
午前	カラオケ・頭の体操	カラオケ・頭の体操	カラオケ・頭の体操	カラオケ・頭の体操	カラオケ・頭の体操	休館日
目的	肺機能を高める・脳を活性化する リハビリ	肺機能を高める・脳を活性化する リハビリ	肺機能を高める・脳を活性化する リハビリ	肺機能を高める・脳を活性化する リハビリ	肺機能を高める・脳を活性化する リハビリ	
午後	カレンダー	カレンダー/誕生会	カレンダー	輪投げゲーム/誕生会	タワーゲーム	
目的	季節を感じ・指の技巧性を高める	季節を感じ・指の技巧性を高める	季節を感じ・指の技巧性を高める	上肢の運動・集中力向上	上肢の運動・集中力向上	
18	19	20	21	22	23	24
午前	頭の体操	カラオケ・頭の体操	カラオケ・頭の体操	カラオケ・頭の体操	カラオケ・頭の体操	カラオケ・頭の体操
目的	肺機能を高める・脳を活性化する リハビリ	肺機能を高める・脳を活性化する リハビリ	肺機能を高める・脳を活性化する リハビリ	肺機能を高める・脳を活性化する リハビリ	肺機能を高める・脳を活性化する リハビリ	肺機能を高める・脳を活性化する リハビリ
午後	忘年会	忘年会	忘年会	パターゴルフ	クイズ	書道/選択活動
目的	年末の雰囲気を楽しむ	年末の雰囲気を楽しむ	年末の雰囲気を楽しむ	下肢の運動・集中力向上	脳を活性化する	季節を感じ・指の技巧性を高める
25	26	27	28	29	30	31
午前	カラオケ・頭の体操	カラオケ・頭の体操	カラオケ・頭の体操	<p>12月29日(木)～1月3日(火) デイサービスはお休みです。</p>		
目的	肺機能を高める・脳を活性化する リハビリ	肺機能を高める・脳を活性化する リハビリ	肺機能を高める・脳を活性化する リハビリ			
午後	大掃除ゲーム	大掃除ゲーム	大掃除ゲーム			
目的	上肢の運動・集中力向上	上肢の運動・集中力向上	上肢の運動・集中力向上			

*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。