

2023

令和5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	3	4	5	6	7
午前 目的	お休み 		カラオケ・頭の体操 肺機能を高める・脳を活性化する リハビリ	カラオケ・頭の体操 肺機能を高める・脳を活性化する リハビリ	カラオケ・頭の体操 肺機能を高める・脳を活性化する リハビリ	カラオケ・頭の体操 肺機能を高める・脳を活性化する リハビリ
午後 目的	お休み		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	初詣 日本の伝統を感じる
8	9	10	11	12	13	14
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 リハビリ	カラオケ・頭の体操 肺機能を高める・脳を活性化する リハビリ	カラオケ・頭の体操 肺機能を高める・脳を活性化する リハビリ	カラオケ・頭の体操 肺機能を高める・脳を活性化する リハビリ	カラオケ・頭の体操 肺機能を高める・脳を活性化する リハビリ	カラオケ・頭の体操 肺機能を高める・脳を活性化する リハビリ
午後 目的	初詣 日本の伝統を感じる	ストラックアウト 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	テーブルカーリング 上肢の運動・集中力向上	パターゴルフ/誕生会 上肢の運動・集中力向上	ボウリング 上肢の運動・集中力向上
15	16	17	18	19	20	21
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 リハビリ	カラオケ・頭の体操 肺機能を高める・脳を活性化する リハビリ	カラオケ・頭の体操 肺機能を高める・脳を活性化する リハビリ	カラオケ・頭の体操 肺機能を高める・脳を活性化する リハビリ	カラオケ・頭の体操 肺機能を高める・脳を活性化する リハビリ	カラオケ・頭の体操 肺機能を高める・脳を活性化する リハビリ
午後 目的	カレンダー 季節を感じ、指の巧技性を高める	カレンダー 季節を感じ、指の巧技性を高める	カレンダー 季節を感じ、指の巧技性を高める	手工芸/誕生会 季節を感じ、指の巧技性を高める	手工芸/選択活動 季節を感じ、指の巧技性を高める	手工芸/選択活動 季節を感じ、指の巧技性を高める
22	23	24	25	26	27	28
午前 目的	頭の体操 肺機能を高める・脳を活性化する リハビリ	カラオケ・頭の体操 肺機能を高める・脳を活性化する リハビリ	カラオケ・頭の体操 肺機能を高める・脳を活性化する リハビリ	カラオケ・頭の体操 肺機能を高める・脳を活性化する リハビリ	カラオケ・頭の体操 肺機能を高める・脳を活性化する リハビリ	カラオケ・頭の体操 肺機能を高める・脳を活性化する リハビリ
午後 目的	輪投げゲーム 上肢の運動・集中力向上	パターゴルフ/誕生会 上肢の運動・集中力向上	タワーゲーム 上肢の運動・集中力向上	テーブルカーリング 上肢の運動・集中力向上	クイズ 脳を活性化する	書道/選択活動 季節を感じ、指の巧技性を高める
29	30	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 リハビリ	カラオケ・頭の体操 肺機能を高める・脳を活性化する リハビリ				
午後 目的	ストラックアウト 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				

*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。