



令和5年5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
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	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	クイズ	パターゴルフ	野外活動	野外活動	野外活動	ボッチャゲーム
目的	脳を活性化する	上肢の運動・集中力向上	季節を感じ、体力を向上する	季節を感じ、体力を向上する	季節を感じ、体力を向上する	上肢の運動・集中力向上
7	8	9	10	11	12	13
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	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	テーブルのせゲーム	風船釣りゲーム	輪投げゲーム	キックボウリング	缶倒しゲーム	絵手紙
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	下肢の運動・集中力向上	上肢の運動・集中力向上	季節を感じ・指の巧み性を高める
14	15	16	17	18	19	20
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	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	カレンダー	カレンダー	カレンダー	ボッチャゲーム	ボウリング	クイズ
目的	季節を感じ・指の巧み性を高める	季節を感じ・指の巧み性を高める	季節を感じ・指の巧み性を高める	上肢の運動・集中力向上	上肢の運動・集中力向上	脳を活性化する
21	22	23	24	25	26	27
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	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・体重測定	肺機能を高める・脳を活性化する リハビリ・体重測定	肺機能を高める・脳を活性化する リハビリ・体重測定	肺機能を高める・脳を活性化する リハビリ・体重測定	肺機能を高める・脳を活性化する リハビリ・体重測定	肺機能を高める・脳を活性化する リハビリ・体重測定
午後	パターゴルフ	缶倒しゲーム	クイズ	手工芸	手工芸	手工芸
目的	上肢の運動・集中力向上	季節を感じ・指の巧み性を高める	脳を活性化する	季節を感じ・指の巧み性を高める	季節を感じ・指の巧み性を高める	季節を感じ・指の巧み性を高める
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			
目的	肺機能を高める・脳を活性化する リハビリ	上肢の運動・集中力向上 リハビリ	肺機能を高める・脳を活性化する リハビリ			
午後	魚釣りゲーム	ストラックアウト	パターゴルフ			
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。