



令和5年10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	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/選択活動	ボウリング	ストラックアウト	テーブルのせゲーム	大人のぬりえ	輪投げゲーム
目的	脳を活性化	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	指の技巧性を高める	上肢の運動・集中力向上
8	9	10	11	12	13	14
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	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	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	運動会	ストラックアウト	パターゴルフ	輪投げゲーム	缶倒しゲーム	ポッチャゲーム
目的	上・下肢の運動・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	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
15	16	17	18	19	20	21
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	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	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	キックボウリング	輪投げゲーム	魚釣りゲーム
目的	季節を感じ・指の技巧性を高める	下肢の運動・集中力向上	季節を感じ・指の技巧性を高める	下肢の運動・集中力向上		上肢の運動・集中力向上
22	23	24	25	26	27	28
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	缶倒しゲーム	書道/選択活動	テーブルカーリング	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・指の技巧性を高める	上肢の運動・集中力向上	指の技巧性を高める	指の技巧性を高める	指の技巧性を高める
29	30	31				
午前	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				
午後	テーブルのせゲーム	魚釣りゲーム				
目的	上肢の運動・集中力向上	上肢の運動・集中力向上				

*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。