



# 2月活動予定表



	日	月	火	水	木	金	土					
午前							1					
午後	<b>まだまだ寒い日が続いております。 体調にはくれぐれもお気を付けください。</b> 						脳トレ・体操					
おやつ後							癒しの時間	癒しの時間	癒しの時間	癒しの時間	癒しの時間	癒しの時間
	2	3	4	5	6	7	8					
午前	★休日★	脳トレ・体操	脳トレ・体操	脳トレ・体操	脳トレ・体操	脳トレ・体操	脳トレ・体操					
午後		癒しの時間	癒しの時間	癒しの時間	癒しの時間	癒しの時間	癒しの時間					
おやつ後		節分ゲーム	書道/DVD鑑賞	ボーリング	個別趣味活動	ポケネット	物送りゲーム					
		認知症予防の体操	認知症予防の体操	認知症予防の体操	認知症予防の体操	認知症予防の体操	認知症予防の体操					
	9	10	11	12	13	14	15					
午前	★休日★	脳トレ・体操	脳トレ・体操	脳トレ・体操	脳トレ・体操	脳トレ・体操	脳トレ・体操					
午後		癒しの時間	癒しの時間	癒しの時間	癒しの時間	癒しの時間	癒しの時間					
おやつ後		パターゴルフ	茶道	書道/DVD鑑賞	朗読会	みんなで歌おう会	すごろくゲーム					
		認知症予防の体操	認知症予防の体操	認知症予防の体操	認知症予防の体操	認知症予防の体操	認知症予防の体操					
	16	17	18	19	20	21	22					
午前	★休日★	脳トレ・体操	脳トレ・体操	脳トレ・体操	脳トレ・体操	脳トレ・体操	脳トレ・体操					
午後		癒しの時間	癒しの時間	癒しの時間	癒しの時間	癒しの時間	癒しの時間					
おやつ後		書道/DVD鑑賞	わくわく絵本	個別趣味活動	マジックショー	壁面制作	雛飾り制作					
		認知症予防の体操	認知症予防の体操	認知症予防の体操	認知症予防の体操	認知症予防の体操	認知症予防の体操					
	23	24	25	26	27	28	29					
午前	★休日★	脳トレ・体操	脳トレ・体操	脳トレ・体操	脳トレ・体操	脳トレ・体操	脳トレ・体操					
午後		癒しの時間	癒しの時間	癒しの時間	癒しの時間	癒しの時間	癒しの時間					
おやつ後		おやつ作り	おやつ作り	★個別趣味活動	音楽療法	絵手紙	★華道/DVD鑑賞					
		認知症予防の体操	認知症予防の体操	認知症予防の体操	認知症予防の体操	認知症予防の体操	認知症予防の体操					

2/3(月)は豆まきの日にちなんで、「節分ゲーム」を行います！皆様に豆まきをして厄を払い、今年も一年元気に過ごせるよう祈願しましょう！鬼役を誰がやるのかも楽しみですね☆



☆おやつ作り☆  
今月は2/1(土)に「豆腐白玉のお汁粉」(1月活動分) 2/24(月)、2/25(火)に「豆腐白玉のずんだ餅風」です。皆様に美味しいおやつを作りましょう！



皆で歌おう会♪  
歌を唄うことで、気分も良くなり、声を出すことで活気も出ます！パワフルな先生の歌声も加わって、元気になること間違いなし！  
お楽しみに☆

## ☆2月 豆知識☆

2020年2月4日は「立春」。暦の上ではもう春を迎えるようですが、まだまだ気温が低く、寒い日が続いています。早くお花見がしたいですね…  
2月の誕生月の花は「梅」とされています。梅の花言葉は「不屈の精神、高潔」だそうです。また梅にも紅と白、2種類の色があり、紅には「優美」、白には「気品」という意味があるそうです。まとめると「優美で気品があり、不屈の精神を持つ、高潔な人」という素敵な花言葉ですね。