

平成28年 12 月

# 活動予定表

錦デイサービスセンター

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
				1	2	3	4
午前				A:カラオケ B:脳トレ	体力向上体操	音楽体操	
目的				A.大きな声をだし肺活量を増やす B.脳の柔軟性を高める	身体の柔軟性・筋力アップを目指す	同時に2つの事を行い脳の活性化を図る	
				集団体操	集団体操	集団体操	
午後				陶芸	カーリング	趣味活動	
目的			巧みに指先を使い、でき上がりの達成感を感じる	上肢筋力と全身のバランスの向上を目指す	共通の趣味を通してコミュニケーションを図る		
	5	6	7	8	9	10	11
午前	談話会	談話会	談話会	体力向上体操	花紙飛ばしゲーム	A:カラオケ B:塗り絵	
目的	コミュニケーションを促進する	コミュニケーションを促進する	コミュニケーションを促進する	身体の柔軟性・筋力アップを目指す	口腔機能向上を目指す	A.大きな声をだし肺活量を増やす B.色彩感覚向上と脳の活性化	
	集団体操	集団体操	集団体操	集団体操	集団体操	集団体操	
午後	音楽療法	陶芸	カーリング	書道	趣味活動	ビンゴ	
目的	音楽を通して心身の健康を維持する	巧みに指先を使い、でき上がりの達成感を感じる	上肢筋力と全身のバランスの向上を目指す	心身の安定と集中力や記憶力を高める	共通の趣味を通してコミュニケーションを図る	知的機能の向上を図る	
	12	13	14	15	16	17	18
午前	体力向上体操	体力向上体操	壁面装飾	水彩画	水彩画	体力向上体操	
目的	身体の柔軟性・筋力アップを目指す	身体の柔軟性・筋力アップを目指す	皆で一つの物を作り交流を持つ	絵を選んで頂き色付することで色彩感覚を養う	絵を選んで頂き色付することで色彩感覚を養う	身体の柔軟性・筋力アップを目指す	
	集団体操	集団体操	集団体操	集団体操	集団体操	集団体操	
午後	壁面装飾	壁面装飾	演芸ボランティア(早宮MC)	演芸ボランティア(木下)	演芸ボランティア(大西)	水彩画	
目的	皆で一つの物を作り交流を持つ	皆で一つの物を作り交流を持つ	手品により好奇心を引き出す	オカリナの音色で心を和まし、昔の歌を思い出す	ギター演奏に合わせて皆で歌い楽しみフレッシュする	絵を選んで頂き色付することで色彩感覚を養う	
	19	20	21	22	23	24	25
午前	A:カラオケ B:脳トレ	カレンダー作成	保育園交流会	クリスマス会(ゲーム)	クリスマス会(ゲーム)	クリスマス会(ゲーム)	
目的	A.大きな声をだし肺活量を増やす B.脳の柔軟性を高める	数種類の中より選び自分で作成する事により季節を感じて頂く	園児との交流を図り元気を貰う	身体機能の維持・座位バランスの安定	身体機能の維持・座位バランスの安定	身体機能の維持・座位バランスの安定	
	集団体操	集団体操	集団体操	集団体操	集団体操	集団体操	
午後	カレンダー作成	演芸ボランティア(井上)	カレンダー作成	クリスマス会(ケーキ作り)	クリスマス会(ケーキ作り)	クリスマス会(ケーキ作り)	
目的	数種類の中より選び自分で作成する事により季節を感じて頂く	オーボエによる演奏を楽しみ、昔の歌を思い出す	数種類の中より選び自分で作成する事により季節を感じて頂く	五感を刺激して日常生活動作の維持	五感を刺激して日常生活動作の維持	五感を刺激して日常生活動作の維持	
	26	27	28	29	30	31	
午前	餅つき会	ファッションショー	ファッションショー	ファッションショー	年忘れボウリング	年末年始休業 ～1月3日まで	
目的	腕と腰の筋力アップを行う	新たな自分を発見する	新たな自分を発見する	新たな自分を発見する	集中力と上半身の筋力アップ		
	集団体操	集団体操	集団体操	集団体操	集団体操		
午後	ビンゴ大会	紅白歌合戦	紅白歌合戦	紅白歌合戦	大掃除		
目的	知的機能の向上を図る	大きな声を出す事により肺活量の維持と日頃の練習の成果の発揮	大きな声を出す事により肺活量の維持と日頃の練習の成果の発揮	大きな声を出す事により肺活量の維持と日頃の練習の成果の発揮	雑巾を絞る為の握力維持と拭き掃除をする全身運動		

ゆず湯 ・ 体重測定

19日(月) ~ 24日(土)



★ 活動の予定が変更になる場合がございますので、ご了承ください。