

令和2年4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	5
午前			くつ飛ばしゲーム	談話会	談話会	談話会	
目的			下肢筋力と座位バランスの向上を目指す 集団体操	コミュニケーションを促進する 集団体操	コミュニケーションを促進する 集団体操	コミュニケーションを促進する 集団体操	
午後			趣味活動	サイコロサッカー	ボウリング	趣味活動	
目的			共通の趣味を通してコミュニケーションを図る	下肢筋力の向上と膝や足首の柔軟性を高める	集中力と上半身の筋力アップ	共通の趣味を通してコミュニケーションを図る	
	6	7	8	9	10	11	12
午前	体力向上体操	大玉転がし	サイコロの言葉	A:カラオケ B:塗り絵	体力向上体操	体力向上体操	
目的	身体の柔軟性・筋力アップを目指す 集団体操	上肢を大きく動かし、上肢の筋力・可動域向上を目指す 集団体操	コミュニケーション促進と言葉を思い出す 集団体操	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	身体の柔軟性・筋力アップを目指す 集団体操	身体の柔軟性・筋力アップを目指す 集団体操	
午後	折り紙	趣味活動	春の体力測定	春の体力測定	趣味活動	折り紙	
目的	指先を動かし出来上がりの達成感を味わう	共通の趣味を通してコミュニケーションを図る	自分の体力を知り次の目標を立てる	自分の体力を知り次の目標を立てる	共通の趣味を通してコミュニケーションを図る	指先を動かし出来上がりの達成感を味わう	
	13	14	15	16	17	18	19
午前	壁面装飾	壁面装飾	大玉転がし	体力向上体操	サイコロの言葉	A:カラオケ B:脳トレ	
目的	みんなで一つのものを作り交流を持つ 集団体操	みんなで一つのものを作り交流を持つ 集団体操	上肢を大きく動かし、上肢の筋力・可動域向上を目指す 集団体操	身体の柔軟性・筋力アップを目指す 集団体操	コミュニケーション促進と言葉を思い出す 集団体操	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 集団体操	
午後	ストラックアウト	風船かご入れ	壁面装飾	単語探し	春の体力測定	ストラックアウト	
目的	集中力と肩の柔軟性向上を目指す	上半身の運動と風船を目で追う事により集中力を養う	みんなで一つのものを作り交流を持つ	ヒントを手掛かりに言葉を思い出す	自分の体力を知り次の目標を立てる	集中力と肩の柔軟性向上を目指す	
	20	21	22	23	24	25	26
午前	お玉リレー	体力向上体操	A:カラオケ B:塗り絵	ボウリング	つかりどりゲーム	足が手になりましたゲーム	
目的	体幹を鍛え座位の安定を目指す 集団体操	身体の柔軟性・筋力アップを目指す 集団体操	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	集中力と上半身の筋力アップ 集団体操	楽しみながら握力の向上を目指す 集団体操	下肢筋力と股関節可動域向上を目指す 集団体操	
午後	趣味活動	折り紙	趣味活動	水彩画	水彩画	水彩画	
目的	共通の趣味を通してコミュニケーションを図る	指先を動かし出来上がりの達成感を味わう	共通の趣味を通してコミュニケーションを図る	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	絵を選んで頂き色付することで色彩感覚を養う	
	27	28	29	30			
午前	カレンダー作成	カレンダー作成	体力向上体操	つかみどりゲーム			
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 集団体操	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 集団体操	身体の柔軟性・筋力アップを目指す	楽しみながら握力の向上を目指す			
午後	ゴルフ	ストラックアウト	カレンダー作成	趣味活動			
目的	楽しみながら上肢を動かす	集中力と肩の柔軟性向上を目指す	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	共通の趣味を通してコミュニケーションを図る			

体重測定

20日(月) ~ 25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。