

令和3年 3 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
	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>
午前	歌と体操	歌と体操	歌と体操	談話会	談話会	談話会	
目的	歌と一緒に身体を動かし、リフレッシュを図る	歌と一緒に身体を動かし、リフレッシュを図る	歌と一緒に身体を動かし、リフレッシュを図る	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	コミュニケーションを促進する	
	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	ひな祭り会	ひな祭り会	ひな祭り会	洗濯ばさみゲーム	ボウリング	輪投げ	
目的	行事を通じて季節を感じる	行事を通じて季節を感じる	行事を通じて季節を感じる	集中力向上と指先の器用さを維持する	集中力と上半身の筋力アップ	腕の伸縮強化、座位バランスを鍛える	
	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>
午前	歌と体操	歌と体操	歌と体操	歌と体操	歌と体操	歌と体操	
目的	歌と一緒に身体を動かし、リフレッシュを図る	歌と一緒に身体を動かし、リフレッシュを図る	歌と一緒に身体を動かし、リフレッシュを図る	歌と一緒に身体を動かし、リフレッシュを図る	歌と一緒に身体を動かし、リフレッシュを図る	歌と一緒に身体を動かし、リフレッシュを図る	
	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	壁面装飾	ストラックアウト	座ってランニング	魚釣りゲーム	
目的	みんなで一つのものを作り交流を持つ	みんなで一つのものを作り交流を持つ	みんなで一つのものを作り交流を持つ	集中力と肩の柔軟性向上を目指す	足先を上手に使い、安定した歩行を目指す	楽しみながら、集中力の向上を目指す	
	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>
午前	歌と体操	歌と体操	歌と体操	歌と体操	歌と体操	歌と体操	
目的	歌と一緒に身体を動かし、リフレッシュを図る	歌と一緒に身体を動かし、リフレッシュを図る	歌と一緒に身体を動かし、リフレッシュを図る	歌と一緒に身体を動かし、リフレッシュを図る	歌と一緒に身体を動かし、リフレッシュを図る	歌と一緒に身体を動かし、リフレッシュを図る	
	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	輪投げ	足が手になりましたゲーム	洗濯ばさみゲーム	料理教室	料理教室	料理教室	
目的	腕の伸縮強化、座位バランスを鍛える	下肢筋力と股関節可動域向上を目指す	集中力向上と指先の器用さを維持する	五感を刺激し日常生活の維持する	五感を刺激し日常生活の維持する	五感を刺激し日常生活の維持する	
	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>
午前	歌と体操	歌と体操	歌と体操	水彩画	歌と体操	歌と体操	
目的	歌と一緒に身体を動かし、リフレッシュを図る	歌と一緒に身体を動かし、リフレッシュを図る	歌と一緒に身体を動かし、リフレッシュを図る	絵を選んで頂き色付することで色彩感覚を養う	歌と一緒に身体を動かし、リフレッシュを図る	歌と一緒に身体を動かし、リフレッシュを図る	
	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	カレンダー作成	カレンダー作成	防災訓練	水彩画	水彩画	
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	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	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	防災の意識を高め、災害に備える	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	
	<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
午前	歌と体操	歌と体操	歌と体操				
目的	歌と一緒に身体を動かし、リフレッシュを図る	歌と一緒に身体を動かし、リフレッシュを図る	歌と一緒に身体を動かし、リフレッシュを図る				
	集団体操	集団体操	集団体操				
午後	ボウリング	ストラックアウト	座ってランニング				
目的	集中力と上半身の筋力アップ	集中力と肩の柔軟性向上を目指す	足先を上手に使い、安定した歩行を目指す				

体重測定

22日(月) ~ 27日(土)

★ 26日はお楽しみ湯の予定となっております。

★ 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。