

令和3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 |
| 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 | 春の体力測定 | ゴルフ | |
| 目的 | 集中力と上半身の筋力アップ | 自分の体力を知り次の目標を立てる | 楽しみながら上肢を動かす | | | | |
| | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| 午前 | 談話会 | 談話会 | 談話会 | 歌と体操 | 歌と体操 | 歌と体操 | |
| 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 | 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 | ストラックアウト | ボウリング | 輪投げ | 壁面装飾 | 壁面装飾 | 壁面装飾 | |
| 目的 | 集中力と肩の柔軟性向上を目指す | 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 | 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 | |
| | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| 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 | 趣味活動 | 春の体力測定 | 靴飛ばしゲーム | 輪投げ | ゲートボール | ストラックアウト | |
| 目的 | 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 | 下肢筋力と座位バランスの向上を目指す | 腕の伸縮強化、座位バランスを鍛える | 上肢を動かしながら、集中力を高める | 集中力と肩の柔軟性向上を目指す | |
| | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| 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 | 春の体力測定 | 折り紙 | 趣味活動 | カレンダー作成 | カレンダー作成 | カレンダー作成 | |
| 目的 | 自分の体力を知り次の目標を立てる | 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 | 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 | |
| | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | | 2 |
| 午前 | 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 | | |
| | 集団体操 | 集団体操 | 集団体操 | 集団体操 | 集団体操 | | |
| 午後 | 水彩画 | 水彩画 | 水彩画 | 靴飛ばしゲーム | 趣味活動 | | |
| 目的 | 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 | 下肢筋力と座位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 | | |

体重測定

19日(月) ~ 24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。