

令和4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
		1	2	3	4	5	6
午前		歌と脳トレ	脳トレ体操	ひな祭り会	ひな祭り会	ひな祭り会	
目的		大きな声をだして肺活量を増やす。脳の柔軟性を高める。	頭を使いながら体を動かし脳の活性化を図る	行事を通じて季節を感じる	行事を通じて季節を感じる	行事を通じて季節を感じる	
		集団体操	集団体操	集団体操	集団体操	集団体操	
午後		ゴルフ	陶芸	ひな祭り会	ひな祭り会	ひな祭り会	
目的	楽しみながら上肢を動かす	巧みに指先を使い、できがりの達成感を感じる	行事を通じて季節を感じる	行事を通じて季節を感じる	行事を通じて季節を感じる	行事を通じて季節を感じる	
	7	8	9	10	11	12	13
午前	談話会	談話会	談話会	体力向上体操	歌と体操	体力向上体操	
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	身体の柔軟性・筋力アップを目指す	歌と一緒に身体を動かし、リフレッシュを図る	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	みんなでポーカー	陶芸	キックボウリング	陶芸	壁面装飾	壁面装飾	
目的	数字の認識力、数字の理解力、勝敗の判断力、記憶力の向上	巧みに指先を使い、できがりの達成感を感じる	足を動かすことで、バランス向上につなげる	巧みに指先を使い、できがりの達成感を感じる	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	
	14	15	16	17	18	19	20
午前	歌と体操	脳トレ体操	歌と体操	脳トレ体操	体力向上体操	脳トレ体操	
目的	歌と一緒に身体を動かし、リフレッシュを図る	頭を使いながら体を動かし脳の活性化を図る	歌と一緒に身体を動かし、リフレッシュを図る	頭を使いながら体を動かし脳の活性化を図る	身体の柔軟性・筋力アップを目指す	頭を使いながら体を動かし脳の活性化を図る	
	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	選択活動	選択活動	選択活動	選択活動	選択活動	選択活動	
目的	複数の活動から選んでコミュニケーションを図る	複数の活動から選んでコミュニケーションを図る	複数の活動から選んでコミュニケーションを図る	複数の活動から選んでコミュニケーションを図る	複数の活動から選んでコミュニケーションを図る	複数の活動から選んでコミュニケーションを図る	
	21	22	23	24	25	26	27
午前	脳トレ体操	体力向上体操	脳トレ体操	歌と体操	脳トレ体操	歌と体操	
目的	頭を使いながら体を動かし脳の活性化を図る	身体の柔軟性・筋力アップを目指す	頭を使いながら体を動かし脳の活性化を図る	歌と一緒に身体を動かし、リフレッシュを図る	頭を使いながら体を動かし脳の活性化を図る	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	料理教室	料理教室	料理教室	防災訓練	水彩画	水彩画	
目的	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	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	
	28	29	30	31			
午前	体力向上体操	脳トレ体操	体力向上体操	歌と脳トレ			
目的	身体の柔軟性・筋力アップを目指す	頭を使いながら体を動かし脳の活性化を図る	身体の柔軟性・筋力アップを目指す	大きな声をだして肺活量を増やす。脳の柔軟性を高める。			
	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	みんなでポーカー			
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	数字の認識力、数字の理解力、勝敗の判断力、記憶力の向上			

体重測定

21日(月) ~ 26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。