

令和8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
	23	24	25	26	27	28	1
午前							
目的							
午後							
目的							
	2	3	4	5	6	7	8
午前	歌と体操	ひな祭り会	ひな祭り会	ひな祭り会	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 集団体操	行事を通じて季節を感じる 集団体操	行事を通じて季節を感じる 集団体操	行事を通じて季節を感じる 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	大玉転がし	ひな祭り会	ひな祭り会	ひな祭り会	風船バレー	転がし成金	
目的	上肢を大きく動かし、上肢の筋力・可動域向上を目指す	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	動体視力や空間認知能力の訓練	集中力と上半身の筋力アップ	
	9	10	11	12	13	14	15
午前	体力向上体操	右脳左脳トレーニング	保育園交流会	体力向上体操	脳トレ体操	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	脳の活性化を図る 集団体操	園児との交流を図り元気を貰う 集団体操	身体の柔軟性・筋力アップを目指す 集団体操	頭を使いながら体を動かし脳の活性化を図る 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	演芸ボランティア(植松)	防災訓練・風船バレー	陶芸	陶芸	壁面装飾	壁面装飾	
目的	踊りを楽しむ	動体視力や空間認知能力の訓練	巧みに指先を使い、でき上がりの達成感を感じる	巧みに指先を使い、でき上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	
	16	17	18	19	20	21	22
午前	右脳左脳トレーニング	脳トレ体操	体力向上体操	歌と体操	右脳左脳トレーニング	歌と体操	
目的	脳の活性化を図る 集団体操	頭を使いながら体を動かし脳の活性化を図る 集団体操	身体の柔軟性・筋力アップを目指す 集団体操	歌と一緒に身体を動かし、リフレッシュを図る 集団体操	脳の活性化を図る 集団体操	歌と一緒に身体を動かし、リフレッシュを図る 集団体操	
午後	料理教室	料理教室	料理教室	水彩画	水彩画	演芸ボランティア(ラカジャリスト)	
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	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	フラメンコを見て楽しむ	
	23	24	25	26	27	28	29
午前	脳トレ体操	体力向上体操	歌と体操	右脳左脳トレーニング	体力向上体操	脳トレ体操	
目的	頭を使いながら体を動かし脳の活性化を図る 集団体操	身体の柔軟性・筋力アップを目指す 集団体操	歌と一緒に身体を動かし、リフレッシュを図る 集団体操	脳の活性化を図る 集団体操	身体の柔軟性・筋力アップを目指す 集団体操	頭を使いながら体を動かし脳の活性化を図る 集団体操	
午後	演芸ボランティア(ナイスショット)	陶芸	転がし成金	選択活動	選択活動	選択活動	
目的	ギター演奏に合わせて皆で歌い楽しみリフレッシュする	巧みに指先を使い、でき上がりの達成感を感じる	集中力と上半身の筋力アップ	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	
	30	31	★ 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。 体重測定 23日(月) ~ 28日(土)				
午前	今日の私のリクエスト	歌と体操					
目的	音を懐かしむと共に、大きな声をだして肺活量を増やす。 集団体操	歌と一緒に身体を動かし、リフレッシュを図る 集団体操					
午後	カレンダー作成	カレンダー作成					
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					