

令和 5年 10 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
午前							
目的							
午後							
目的							
	2	3	4	5	6	7	8
午前	体力向上体操	脳トレ体操	歌と体操	談話会	談話会	談話会	
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	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	壁面装飾	壁面装飾	陶芸	陶芸	選択活動	選択活動	
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	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	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	
	9	10	11	12	13	14	15
午前	今日の私のリクエスト	体力向上体操	脳トレ体操	体力向上体操	歌と体操	脳トレ体操	
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。	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	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	
	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	風船バレー	陶芸	〇〇を探せ！！	演芸ボランティア(大西)	演芸ボランティア(長谷部)	足が手になりましたゲーム	
目的	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	認知機能の維持・向上	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	ヘルマンハーブの演奏に合わせて皆で歌い楽しみリフレッシュする	下肢筋力と股関節可動域向上を目指す	
	16	17	18	19	20	21	22
午前	脳トレ体操	歌と体操	体力向上体操	脳トレ体操	体力向上体操	今日の私のリクエスト	
目的	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	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	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	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	カレンダー作成	カレンダー作成	カレンダー作成	
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	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	
	23	24	25	26	27	28	29
午前	歌と体操	脳トレ	保育園交流会	歌と体操	今日の私のリクエスト	体力向上体操	
目的	歌と一緒に身体を動かし、リフレッシュを図る	脳の柔軟性を高める	園児との交流を図り元気を貰う	歌と一緒に身体を動かし、リフレッシュを図る	音を懐かしむと共に、大きな声をだして肺活量を増やす。	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	水彩画	水彩画	水彩画	料理教室	料理教室	料理教室	
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	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	