

令和 8年 9 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
	31	1	2	3	4	5	6
午前		右脳左脳トレーニング	脳トレ体操	談話会	談話会	談話会	
目的		脳の活性化を図る	頭を使いながら体を動かし脳の活性化を図る	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	
午後		陶芸	陶芸	陶芸	風船バレー	演芸ボランティア(練馬だいこんず)	
目的		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	巧みに指先を使い、でき上がりの達成感を感じる	動体視力や空間認知能力の訓練	歌を楽しみ、リフレッシュする	
	7	8	9	10	11	12	13
午前	脳トレ体操	体力向上体操	保育園交流会	歌と体操	右脳左脳トレーニング	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	身体の柔軟性・筋力アップを目指す	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	脳の活性化を図る	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	壁面装飾	壁面装飾	壁面装飾	水彩画	水彩画	演芸ボランティア(ラカジャリスト)	
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	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	
	14	15	16	17	18	19	20
午前	体力向上体操	脳トレ体操	今日の私のリクエスト	右脳左脳トレーニング	歌と体操	体力向上体操	
目的	身体の柔軟性・筋力アップを目指す	頭を使いながら体を動かし脳の活性化を図る	音を懐かしむと共に、大きな声をだして肺活量を増やす。	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	
	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	紙コップでお手玉キャッチ	後ろ向きお手玉投げ	風船バレー	選択活動	選択活動	選択活動	
目的	手と目の協調運動と反射神経アップ	背中や肩、体幹の筋肉を自然に使い、力の加減や距離感を調整する	動体視力や空間認知能力の訓練	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	右脳左脳トレーニング	歌と体操	体力向上体操	敬老会(ボウリング)	敬老会(ボウリング)	敬老会(ボウリング)	
目的	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	集中力と上半身の筋力アップ	集中力と上半身の筋力アップ	集中力と上半身の筋力アップ	
	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	敬老会(ナイスショット)	敬老会(植松)	敬老会(東京ミューズ)	
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	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	踊りを楽しむ	歌を楽しみ、リフレッシュする	
	28	29	30				
午前	歌と体操	今日の私のリクエスト	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	音を懐かしむと共に、大きな声をだして肺活量を増やす。	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	演芸ボランティア(シュリット)	紙コップでお手玉キャッチ	後ろ向きお手玉投げ				
目的	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	手と目の協調運動と反射神経アップ	背中や肩、体幹の筋肉を自然に使い、力の加減や距離感を調整する				

体重測定

21日(月) ~ 26日(土)

★ 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。