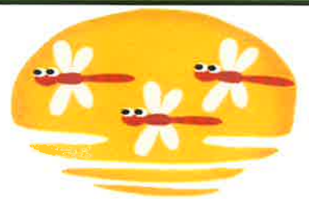
令和 8年 11 月　活 動 予 定 表

社会福祉事業団 Nerima　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	歌と体操	体力向上体操	右脳左脳トレーニング	談話会	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	身体の柔軟性・筋力アップを目指す	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	集団体操	
午後	料理教室	料理教室	料理教室	陶芸	秋の体力測定	美容レクリエーション(エステ)	
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	巧みに指先を使い、でき上がりの達成感を感じる	自分の体力を知り次の目標を立てる	リラクゼーション・気分の高揚	
	9	10	11	12	13	14	15
午前	脳トレ体操	歌と体操	保育園交流会	右脳左脳トレーニング	体力向上体操	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	歌と一緒に身体を動かし、リフレッシュを図る	園児との交流を図り元気を貰う	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	
	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	陶芸	選択活動	選択活動	選択活動	
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	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	複数の活動から選んでコミュニケーションを図る	
	16	17	18	19	20	21	22
午前	体力向上体操	脳トレ体操	歌と体操	脳トレ体操	歌と体操	右脳左脳トレーニング	
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	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	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	防災訓練/壁面装飾	壁面装飾	秋の体力測定	演芸ボランティア(ナイスショット)	水彩画	水彩画	
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	自分の体力を知り次の目標を立てる	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	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	
	23	24	25	26	27	28	29
午前	今日の私のリクエスト	右脳左脳トレーニング	脳トレ体操	体力向上体操	脳トレ体操	体力向上体操	
目的	昔を懐かしむと共に、大きな声をだして肺活量を増やす。	脳の活性化を図る	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	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	カレンダー作成	カレンダー作成	カレンダー作成	演芸ボランティア(シュリット)	風船バレー	演芸ボランティア(ウクレレサンデイ)	
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	ヘルマンハープの演奏に合わせて皆で歌い楽しみリフレッシュする	動体視力や空間認知能力の訓練	ウクレレ演奏に合わせて皆で歌い楽しみリフレッシュする	
	30						
午前	脳トレ						
目的	脳の柔軟性を高める						
	集団体操						
午後	秋の体力測定						
目的	自分の体力を知り次の目標を立てる						

★ 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)