

令和 4年 12月の行事予定

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
				タオル体操	〇×クイズ	カラオケ
				上半身の運動 運動神経活性化	脳の活性化	歌って元気！ 心肺機能活性化
				趣味活動	趣味活動	趣味活動
				社会性を深める	社会性を深める	社会性を深める
				棒体操	棒体操	棒体操
4	5	6	7	8	9	10
午前	カラオケ	タオル体操	クリスマス 飾り作り	クリスマス 飾り作り	クリスマス 飾り作り	クリスマス 飾り作り
目的	歌って元気！ 心肺機能活性化	上半身の運動 運動神経活性化	指先を使って 脳の活性化	指先を使って 脳の活性化	指先を使って 脳の活性化	指先を使って 脳の活性化
午後	趣味活動	趣味活動	趣味活動	趣味活動	趣味活動	趣味活動
目的	社会性を深める	社会性を深める	社会性を深める	社会性を深める	社会性を深める	社会性を深める
体操	貯筋体操	貯筋体操	貯筋体操	貯筋体操	貯筋体操	貯筋体操
11	12	13	14	15	16	17
午前	雑学クイズ	はつらつ体操	リハビリ体操	リハビリ体操	リハビリ体操	脳トレ
目的	脳の活性化	全身の運動 運動神経活性化	全身の運動 運動神経活性化	全身の運動 運動神経活性化	全身の運動 運動神経活性化	脳の活性化 集中力を高める
午後	趣味活動	趣味活動	選択活動	選択活動	選択活動	趣味活動
目的	社会性を深める	社会性を深める	自分で選ぶ	自分で選ぶ	自分で選ぶ	社会性を深める
体操	ボール体操	ボール体操	ボール体操	ボール体操	ボール体操	ボール体操
18	19	20	21	22	23	24
午前	脳トレ	はつらつ体操	はつらつ体操	雑学クイズ	カラオケ	リハビリ体操
目的	脳の活性化 集中力を高める	全身の運動 運動神経活性化	全身の運動 運動神経活性化	脳の活性化	歌って元気！ 心肺機能活性化	全身の運動 運動神経活性化
午後	趣味活動	草地介護士の 歌の会	草地介護士の 歌の会	趣味活動	趣味活動	クリスマス会
目的	社会性を深める	一緒に歌って 心身の活性化	一緒に歌って 心身の活性化	社会性を深める	社会性を深める	季節感を味わう
体操	貯筋体操	貯筋体操	貯筋体操	貯筋体操	貯筋体操	貯筋体操
25	26	27	28	29	30	31
午前	はつらつ体操	カラオケ	タオル体操	脳トレ	はつらつ体操	デイサービス お休み
目的	全身の運動 運動神経活性化	歌って元気！ 心肺機能活性化	上半身の運動 運動神経活性化	脳の活性化 集中力を高める	全身の運動 運動神経活性化	
午後	趣味活動	趣味活動	趣味活動	趣味活動	年忘れ ビンゴ大会	
目的	社会性を深める	社会性を深める	社会性を深める	社会性を深める		
体操	棒体操	棒体操	棒体操	棒体操	棒体操	
第3週は、かわり湯、☆12月はゆず湯です！ 第3週は喫茶週間です。☆おやつ時間に、コーヒーか紅茶をどうぞ！ ※行事予定は変更になる場合がありますのでご了承下さい。						

