

令和5年 12月の行事予定

日	月	火	水	木	金	土		
					1	2		
午前					1月カレンダーづくり		1月カレンダーづくり	
目的					集中力を高める 季節を感じる		集中力を高める 季節を感じる	
午後					趣味活動		趣味活動	
目的					社交性を深める		自分で選ぶ 一緒に選ぶ	
体操	貯筋体操		貯筋体操					
3	4	5	6	7	8	9		
午前	タオル体操	はつらつ体操	雑学クイズ	タオル体操	リハビリ体操	〇×クイズ		
目的	全身の運動 運動機能活性化		脳の活性化 集中力を高める	全身の運動 運動機能活性化		脳の活性化 集中力を高める		
午後	おやつ作り	おやつ作り	趣味活動	趣味活動	趣味活動	趣味活動		
目的	脳の活性化 集中力を高める		社交性を深める	社交性を深める	社交性を深める	社交性を深める		
体操	棒体操		棒体操	棒体操	棒体操	棒体操		
10	11	12	13	14	15	16		
午前	〇×クイズ	雑学クイズ	はつらつ体操	カラオケ	はつらつ体操	雑学クイズ		
目的	脳の活性化 集中力を高める		全身の運動 運動機能活性化		歌って元気！ 心肺機能活性化	全身の運動 運動機能活性化		
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	社交性を深める		社交性を深める		社交性を深める			
体操	貯筋体操		貯筋体操	貯筋体操	貯筋体操			
17	18	19	20	21	22	23		
午前	音楽体操	脳トレ	カラオケ	リハビリ体操	カラオケ	タオル体操		
目的	全身の運動 運動機能活性化		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	趣味活動	選択活動	選択活動	選択活動	趣味活動		
目的	社交性を深める		自分で選ぶ		自分で選ぶ			
体操	ボール体操		ボール体操	ボール体操	ボール体操			
24	25	26	27	28	29	30		
午前	クリスマス会	クリスマス会	脳トレ	はつらつ体操	はつらつ体操	年忘れビンゴ大会		
目的	集中力を高める 季節を感じる		脳の活性化 集中力を高める		全身の運動 運動機能活性化			
午後	趣味活動	趣味活動	趣味活動	博愛ユニットの 歌おう会	博愛ユニットの 歌おう会	趣味活動		
目的	社交性を深める		社交性を深める		一緒に歌って 心身の活性化			
体操	貯筋体操		貯筋体操	貯筋体操	貯筋体操			
31	<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> <div style="text-align: left;">  <p>第3週は「かわり湯」 ☆12月はゆず湯です！</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>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。</p> </div> <div style="text-align: right;">  </div> </div> <div style="background-color: yellow; text-align: center; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>デイサービスは12/31(日)～1/3(水)までお休みです</p> </div>							
午前								
目的								
午後								
目的								
体操								