

## 令和6年 2月の行事予定

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
午前				リハビリ体操	雑学クイズ	カラオケ
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	歌って元気！ 心肺の活性化
午後				趣味活動	趣味活動	節分
目的				社交性を深める	社交性を深める	季節を感じる
体操	貯筋体操	貯筋体操	貯筋体操			
4	5	6	7	8	9	10
午前	脳トレ	リハビリ体操	リハビリ体操	〇×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 運動機能活性化	全身の運動 運動機能活性化	脳の活性化 集中力を高める	歌って元気！ 心肺の活性化	全身の運動 運動機能活性化
午後	趣味活動	選択活動	選択活動	趣味活動	趣味活動	趣味活動
目的	社交性を深める	自分で選ぶ	自分で選ぶ	社交性を深める	社交性を深める	社交性を深める
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
11	12	13	14	15	16	17
午前	リハビリ体操	脳トレ	〇×クイズ	タオル体操	〇×クイズ	雑学クイズ
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	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	脳の活性化 集中力を高める
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	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	貯筋体操	貯筋体操
18	19	20	21	22	23	24
午前	カラオケ	カラオケ	タオル体操	カラオケ	リハビリ体操	タオル体操
目的	歌って元気！ 心肺の活性化	歌って元気！ 心肺の活性化	全身の運動 運動機能活性化	歌って元気！ 心肺の活性化	全身の運動 運動機能活性化	全身の運動 運動機能活性化
午後	趣味活動	趣味活動	おやつ作り	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	一緒に歌って 心肺の活性化	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	棒体操
25	26	27	28	29		
午前	タオル体操	タオル体操	リハビリ体操	脳トレ		
目的	全身の運動 運動機能活性化	全身の運動 運動機能活性化	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	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	一緒に歌って 心肺の活性化	一緒に歌って 心肺の活性化	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		
午前	第3週は かわり湯・喫茶週間です ※2/19~2/24 かわり湯☆2月はひのき湯です！ 喫茶★おやつの時間にコーヒーか紅茶をどうぞ！					
目的						
午後						
目的						
体操	※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					

