

令和4年3月(弥生)



月間予定表



土支田デイサービスセンター

《午前》 ラジオ体操・呼吸法・笑いヨガ・今月の歌・お口の体操

《午後》 今月の体操・リフレッシュ体操

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
		1日	2日	3日	4日	5日
午前		今月の歌リクエスト・体操 情動発散と全身運動	今月の歌リクエスト・体操 情動発散と全身運動	今月の歌リクエスト・体操 情動発散と全身運動	音楽組み立て・体操 全脳的活動	ビンゴ・体操 全脳的活動
午後		🏆 雑壇をつくろう！ 🏆 上肢運動・脳活性化	🏆 雑壇をつくろう！ 🏆 上肢運動・脳活性化	🏆 雑壇をつくろう！ 🏆 上肢運動・脳活性化	🏆 足でゆらゆらスマートボール 🏆 座位バランス・下肢筋力向上	🏆 足でゆらゆらスマートボール 🏆 座位バランス・下肢筋力向上
	7日	8日	9日	10日	11日	12日
午前	脳トレ・体操 全脳的活動	頭と身体を使った運動 脳活性化と運動器機能向上	ビンゴ・体操 全脳的活動	頭と身体を使った運動 脳活性化と運動器機能向上	頭と身体を使った運動 脳活性化と運動器機能向上	🏆 棒たおし 🏆 手指巧緻性運動・脳活性化
午後	🏆 土支田デイパッシングセンター 🏆 上肢運動と体幹強化運動	華道・選択活動 手先運動・脳活性化	華道・選択活動 手先運動・脳活性化	書道 左右脳・小脳の活性化	書道 左右脳・小脳の活性化	書道 左右脳・小脳の活性化
	14日	15日	16日	17日	18日	19日
午前	頭と身体を使った運動 脳活性化と運動器機能向上	脳トレ・体操 全脳的活動	頭と身体を使った運動 脳活性化と運動器機能向上	音楽組み立て・体操 全脳的活動	頭と身体を使った運動 脳活性化と運動器機能向上	頭と身体を使った運動 脳活性化と運動器機能向上
午後	選択活動 個々に自己表現	🏆 土支田デイパッシングセンター 🏆 上肢運動と体幹強化運動	ちぎり紙 脳の活性化・集中力向上	🏆 棒たおし 🏆 手指巧緻性運動・脳活性化	絵手紙 脳の活性化・集中力向上	選択活動 個々に自己表現
	21日	22日	23日	24日	25日	26日
午前	カレンダー作成・体操 季節の確認(見当識の保持)	カレンダー作成・体操 季節の確認(見当識の保持)	脳トレ・体操 全脳的活動	頭と身体を使った運動 脳活性化と運動器機能向上	🏆 棒たおし 🏆 手指巧緻性運動・脳活性化	頭と身体を使った運動 脳活性化と運動器機能向上
午後	🏆 足でゆらゆらスマートボール 🏆 座位バランス・下肢筋力向上	選択活動 個々に自己表現	🏆 土支田デイパッシングセンター 🏆 上肢運動と体幹強化運動	選択活動 個々に自己表現	選択活動 個々に自己表現	選択活動 個々に自己表現
	28日	29日	30日	31日	今月の豆知識【ひし餅がひし形になった理由】 ・硬くとかっている「ヒシ」の実の形になぞらえること で、魔よけの意味を込めるため。 ・繁殖力が強い 「ヒシ」の形にすることで、子孫繁栄を願うため。	
午前	頭と身体を使った運動 脳活性化と運動器機能向上	頭と身体を使った運動 脳活性化と運動器機能向上	頭と身体を使った運動 脳活性化と運動器機能向上	ビンゴ・体操 全脳的活動		
午後	選択活動 個々に自己表現	選択活動 個々に自己表現	選択活動 個々に自己表現	選択活動 個々に自己表現		
午前	★活動内容の下に期待出来る効果・効能を記載しました。 ★🏆はメダル獲得の活動です。メダル10個集めると景品と交換です。 ★皆様で作成したゲームは緑、リクエストゲームはピンクの色をつけました。		★お誕生日会を17(木)・18(金)・19(土)に行います。 ★プログラムは予告なく変更する場合があります。ご了承下さい。 ★日曜はお休みです。祝日は営業しています。			
午後	★月末から「お花見」を計画中です。開花状況によって、 日程は後日お知らせいたします。ご了承ください。		★新型コロナウイルス感染予防の為、ボランティアの方による活動を 中止しています。			

