

令和5年11月(霜月)

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 |
|----|---------------------------------------|---------------------------------|---|-------------------------------|--|-----------------------------|
| | ～振替利用・臨時利用お待ちしております～ | | 1日 | 2日 | 3日 文化の日 | 4日 |
| 午前 | ★今月のイベント★ 13日(月)ドシダオールスターズ♪ | | 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 | 頭と身体を使った運動 脳活性化と運動器機能向上 |
| 午後 | 16日(木)読み聞かせ(水口さん) 25日(土)民謡演奏会♪ | | PKサッカー 座位バランス向上・下肢筋力増強 | トランプボーリング 目と手の協調運動 | 足で暁暁・蓄蓄ゲーム 座位バランス・下肢筋力向上 | 選択活動 個々に自己表現 |
| | 6日 | 7日 | 8日 | 9日 お誕生会 | 10日 お誕生会 | 11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 | 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 | 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 | おやつ作り・選択活動 個々に自己表現 | おやつ作り・選択活動 個々に自己表現 | おやつ作り・選択活動 個々に自己表現 | 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 |
| | 13日 | 14日 | 15日 | 16日 | 17日 | 18日 |
| 午前 | 絵合わせゲーム 目と手の協調運動 | 絵合わせゲーム 目と手の協調運動 | 脳トレ・体操 全脳的活動 | 読み聞かせ (水口さん) | 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) |
| 午後 | ドシダオールスターズ ギター・ピアノ演奏会 | 絵手紙 脳の活性化・集中力向上 | 足で暁暁・蓄蓄ゲーム 座位バランス・下肢筋力向上 | PKサッカー 座位バランス向上・下肢筋力増強 | ちぎり紙 脳の活性化・集中力向上 | トランプボーリング 目と手の協調運動 |
| | 20日 | 21日 | 22日 | 23日 勤労感謝の日 | 24日 | 25日 |
| 午前 | 脳トレ・体操 全脳的活動 | ビンゴ・体操 全脳的活動 | 音楽組み立て・体操 全脳的活動 | 言葉組み立て・体操 全脳的活動 | 音楽玉とり 目と手の協調運動 | 缶つみゲーム 上肢・体幹運動 |
| 午後 | 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 | 華道・選択活動 手先運動・脳活性化 | 選択活動 個々に自己表現 | 選択活動 個々に自己表現 | 民謡演奏会 |
| | 27日 | 28日 | 29日 | 30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 | 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 | | |
| 午後 | PKサッカー 座位バランス向上・下肢筋力増強 | 足で暁暁・蓄蓄ゲーム 座位バランス・下肢筋力向上 | 選択活動 個々に自己表現 | 選択活動 個々に自己表現 | | |
| | | | ★6日(月)・7日(火)・8日(水)はおやつ作りでスイートポテトになります。 ★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。 ★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。 | | 今月の雑学【日本の秋を彩る代表液な樹木】 紅葉(こうよう)：代表的な樹木はカエデ 黄葉(おうよう)：代表的な樹木はイチヨウ 褐葉(かつよう)：葉が枯れて褐色になる。代表的な樹木はブナ ～紅葉狩りも本番。美しい景色を楽しみたいですね～ | |