

平成27年 12 月

活動予定表

錦デイサービスセンター

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
		1	2	3	4	5	6
午前		サイコロサッカー	体力向上体操	談話会	談話会	談話会	
目的		下肢筋力の向上と膝や足首の柔軟性を高める	身体の柔軟性・筋力アップを目指す	コミュニケーションを促進する	コミュニケーションを促進する	コミュニケーションを促進する	
		集団体操	集団体操	集団体操	集団体操	集団体操	
午後		陶芸	趣味活動	陶芸	押し出しゲーム	演芸ボランティア(竹内)	
目的	巧みに指先を使い、でき上がりの達成感を感じる	共通の趣味を通してコミュニケーションを図る	巧みに指先を使い、でき上がりの達成感を感じる	腕の筋力維持と強化を図る	唄と踊りを観賞し気分転換をする		
	7	8	9	10	11	12	13
午前	壁面装飾	壁面装飾	A:カラオケ B:脳トレ	靴飛ばしゲーム	体力向上体操	体力向上体操	
目的	皆で一つの物を作り交流を持つ	皆で一つの物を作り交流を持つ	A.大きな声をだし肺活量を増やす B.脳の柔軟性を高める	下肢筋力と座位バランスの向上を目指す	身体の柔軟性・筋力アップを目指す	身体の柔軟性・筋力アップを目指す	
	集団体操	集団体操	集団体操	集団体操	集団体操	集団体操	
午後	音楽療法	書道	壁面装飾	演芸ボランティア(木下)	趣味活動	演芸ボランティア(大西)	
目的	音楽を通して心身の健康を維持する	心身の安定と集中力や記憶力を高める	皆で一つの物を作り交流を持つ	オカリナの音色で心を和まし、昔の歌を思い出す	共通の趣味を通してコミュニケーションを図る	ギター演奏に合わせて皆で歌い楽しみフレッシュする	
	14	15	16	17	18	19	20
午前	ラーメンバスケット	体力向上体操	水彩画	体力向上体操	靴飛ばしゲーム	A:カラオケ B:塗り絵	
目的	肩を上げる動作を行うことで、楽な背中での洗身を目指す	身体の柔軟性・筋力アップを目指す	絵を選んで頂き色付することで色彩感覚を養う	身体の柔軟性・筋力アップを目指す	下肢筋力と座位バランスの向上を目指す	A.大きな声をだし肺活量を増やす B.色彩感覚向上と脳の活性化	
	集団体操	集団体操	集団体操	集団体操	集団体操	集団体操	
午後	水彩画	水彩画	演芸ボランティア(早宮MC)	カレンダー作成	カレンダー作成	カレンダー作成	
目的	絵を選んで頂き色付することで色彩感覚を養う	絵を選んで頂き色付することで色彩感覚を養う	手品により好奇心を引き出す	数種類の中より選び自分で作成する事により季節を感じて頂く	数種類の中より選び自分で作成する事により季節を感じて頂く	数種類の中より選び自分で作成する事により季節を感じて頂く	
	21	22	23	24	25	26	27
午前	体力向上体操	保育園交流会	クリスマス会(ゲーム)	クリスマス会(ゲーム)	クリスマス会(ゲーム)	餅つき会	
目的	身体の柔軟性・筋力アップを目指す	園児との交流を図り元気を貰う	身体機能の維持・座位バランスの安定	身体機能の維持・座位バランスの安定	身体機能の維持・座位バランスの安定	腕と腰の筋力アップを行う	
	集団体操	集団体操	集団体操	集団体操	集団体操	集団体操	
午後	趣味活動	趣味活動	クリスマス会(ケーキ作り)	クリスマス会(ケーキ作り)	クリスマス会(ケーキ作り)	趣味活動	
目的	共通の趣味を通してコミュニケーションを図る	共通の趣味を通してコミュニケーションを図る	五感を刺激して日常生活動作の維持	五感を刺激して日常生活動作の維持	五感を刺激して日常生活動作の維持	共通の趣味を通してコミュニケーションを図る	
	28	29	30	31			
午前	ファッションショー	ファッションショー	年忘れボウリング	年末休業			
目的	新たな自分を発見する	新たな自分を発見する	集中力と上半身の筋力アップ				
	集団体操	集団体操	集団体操				
午後	紅白歌合戦	紅白歌合戦	大掃除				
目的	大きな声を出す事により肺活量の維持と日頃の練習の成果の発揮	大きな声を出す事により肺活量の維持と日頃の練習の成果の発揮	雑巾を絞る為の握力維持と拭き掃除をする全身運動				

体重測定

21日(月) ~ 26日(土)

★ 21日~23日はユズ湯の予定となっております。

★ 活動の予定が変更になる場合がございますので、ご了承ください。