

令和6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
午前	<div style="text-align: center;">★ 今月のイベント ★</div> 4日(月)～6日(水) 新米の日 9日(土) 湯川先生による健康体操 12日(火) 高松幼稚園と交流会 14日(木) 読み聞かせ(水口さん) 16日(土) ドシダオールスターズ♪ 18日(月) 青木さんとギターで歌おう♪ 25日(月) フルーツ大福作り 27日(水) インストラクターによる音楽レクリエーション 28日(木)～30日(土) スイートポテト作り 26日(火) 麻雀				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
午後					PKサッカー 座位バランス向上・下肢筋力増強	PKサッカー 座位バランス向上・下肢筋力増強
	4日 新米の日	5日 新米の日	6日 新米の日	7日	8日 お誕生会	9日
午前	今月の歌リクエスト・体操 情動発散と全身運動	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	音楽組み立て・体操 全脳的活動	絵合わせゲーム 目と手の協調運動
午後	暁暁・蕾蕾ゲーム 座位バランス・上下肢筋力向上	暁暁・蕾蕾ゲーム 座位バランス・上下肢筋力向上	トランプポーリング 目と手の協調運動	トランプポーリング 目と手の協調運動	トランプポーリング 目と手の協調運動	笑って楽しく健康体操
	11日	12日	13日	14日	15日	16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	高松幼稚園と交流会	頭と身体を使った運動 脳活性化と運動器機能向上	読み聞かせ (水口さん)	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	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	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	ドシダオールスターズ ギター・ピアノ演奏会
	18日	19日	20日	21日	22日	23日 勤労感謝の日
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)	カレンダー作成・体操 季節の確認(見当識の保持)	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	青木さんと ギターで歌おう♪	絵手紙 脳の活性化・集中力向上	暁暁・蕾蕾ゲーム 座位バランス・上下肢筋力向上	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
	25日	26日	27日	28日	29日	30日
午前	音楽玉とり 目と手の協調運動	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	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
午後	調理・選択活動 個々に自己表現	麻雀・選択活動 個々に自己表現	NEW DAM音楽レク	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

★はメダル獲得の活動です。景品との交換は終了となっています。
★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。

勤労感謝の日

今月の雑学【11月26日は良い風呂の日】

「風呂」の語源には「室(むろ)」「穴蔵や岩屋のことをさします。この「むろ」という言葉が「ふる」と呼ばれる様になったという説と茶道の用語「風炉」火を焚いて湯を沸かすところから、もともとの日本のお風呂は蒸し風呂であり、沸かした湯の蒸気を利用したことから、お風呂も「風炉」と書かれ、のちに「風呂」になったという説があります。