

令和7年7月(文月)



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
		1日	2日	3日	4日	5日
午前 (効果・効能)		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	言葉組み立て・体操 全脳的活動	絵合わせゲーム 目と手の協調運動
午後 (効果・効能)		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	暁暁・蕾蕾ゲーム 座位バランス・上下肢筋力向上	2人でホイ!! 上肢・体幹強調運動	2人でホイ!! 上肢・体幹強調運動
	7日	8日	9日	理美容 10日	11日 お誕生会	12日
午前 (効果・効能)	ビンゴ・体操 全脳的活動	音楽組み立て・体操 全脳的活動	脳トレ・体操 全脳的活動	絵合わせゲーム 目と手の協調運動	清少納言パズル・体操 全脳的活動	稲荷山図書館による 怪談話
午後 (効果・効能)	2人でホイ!! 上肢・体幹強調運動	ストラックアウト 上肢運動と体幹強化運動	ストラックアウト 上肢運動と体幹強化運動	書道 左右脳・小脳の活性化	ストラックアウト 上肢運動と体幹強化運動	選択活動・ハワイアンステージ 個々に自己表現
	14日	15日	16日	17日	18日	19日
午前 (効果・効能)	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	頭と身体を使った運動 脳活性化と運動器機能向上
午後 (効果・効能)	ちぎり絵 脳の活性化・手の巧緻性向上	民謡演奏会	絵手紙 脳の活性化・集中力向上	青木さんと ギターで歌おう♪	書道 左右脳・小脳の活性化	書道 左右脳・小脳の活性化
	21日 海の日	22日	23日	24日	25日	26日
午前 (効果・効能)	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	清少納言パズル・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	頭と身体を使った運動 脳活性化と運動器機能向上
午後 (効果・効能)	読み語り・選択活動 個々に自己表現	ドシダオールスターズ ピアノ演奏会	調理クラブ・選択活動 個々に自己表現	カレンダー・選択活動 個々に自己表現	カレンダー・選択活動 個々に自己表現	カレンダー・選択活動 個々に自己表現
	28日	29日	30日	31日		
午前 (効果・効能)	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	言葉組み立て・体操 全脳的活動	今月のイベント 7/12 午前・夏の怪談話(稲荷山図書館) 午後・フラダンス観賞外出 7/15 民謡(愛和会) 7/17 青木さんとギター 7/21 読み語り(水口) 7/22ドシダオールスターズ 7/23 じゃがいもの照り焼き作り 7/24～26 ソフトクリーム 振替利用、臨時利用 お待ちしております♪	
午後 (効果・効能)	華道・選択活動 個々に自己表現	華道・選択活動 個々に自己表現	華道・選択活動 個々に自己表現	選択活動 個々に自己表現		
		★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 ★チューリップカード 10枚で皆勤賞のスタンプ1つ贈呈となります ★10日(木)は理美容です。臨時・振替・お申込みお待ちしております ★23日(水)は調理クラブで【じゃがいもの照り焼き】を作ります。				