

令和7年 1 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
午前 目的	<p>明けましておめでとうございます。 本年もどうぞよろしくお願い致します。 職員一同</p>			<p>年末休業 (12月31日～ 1月3日)</p>		<p>新春すごろく 昔を思い出しながらお客様同士のコミュニケーションを図る 集団体操 新春かるた 一緒になじみの遊びを楽しみ、昔を思い出す</p>	
午後 目的							
	6	7	8	9	10	11	12
午前	新年会	新年会	新年会	右脳左脳トレーニング	脳トレ体操	鏡開き	
目的	新年を祝い、馴染みの習慣を思い出す 集団体操	新年を祝い、馴染みの習慣を思い出す 集団体操	新年を祝い、馴染みの習慣を思い出す 集団体操	脳の活性化を図る 集団体操	頭を使いながら体を動かし脳の活性化を図る 集団体操	みんなで一つのものを作り交流を持つ 集団体操	
午後	新年会(植松)	新年会(アロハナ)	新年会(大西)	陶芸	福笑い	演芸ボランティア(練馬だいこんず)	
目的	踊りを楽しむ	フラダンスを楽しみ、一緒に踊る	ギター演奏に合わせて皆で歌い楽しみリフレッシュする	巧みに指先を使い、でき上がりの達成感を感じる	一緒になじみの遊びを楽しみ、昔を思い出す	歌を楽しみ、リフレッシュする	
	13	14	15	16	17	18	19
午前	談話会	談話会	保育園交流会	体力向上体操	今日の私のリクエスト	歌と体操	
目的	コミュニケーションを促進する 集団体操	コミュニケーションを促進する 集団体操	園児との交流を図り元気を貰う 集団体操	身体の柔軟性・筋力アップを目指す 集団体操	昔を懐かしむと共に、大きな声をだして肺活量を増やす。 集団体操	歌と一緒に身体を動かし、リフレッシュを図る 集団体操	
午後	開運！お年玉運び	陶芸	陶芸	大玉転がし	ボウリング	開運！お年玉運び	
目的	上肢の筋力を鍛える。高揚感を得る。	巧みに指先を使い、でき上がりの達成感を感じる	巧みに指先を使い、でき上がりの達成感を感じる	上肢を大きく動かし、上肢の筋力・可動域向上を目指す	集中力と上半身の筋力アップ	上肢の筋力を鍛える。高揚感を得る。	
	20	21	22	23	24	25	26
午前	右脳左脳トレーニング	歌と体操	右脳左脳トレーニング	脳トレ体操	歌と体操	体力向上体操	
目的	脳の活性化を図る 集団体操	歌と一緒に身体を動かし、リフレッシュを図る 集団体操	脳の活性化を図る 集団体操	頭を使いながら体を動かし脳の活性化を図る 集団体操	歌と一緒に身体を動かし、リフレッシュを図る 集団体操	身体の柔軟性・筋力アップを目指す 集団体操	
午後	カレンダー作成	カレンダー作成	カレンダー作成	選択活動	演芸ボランティア(シュリット)	美容レクリエーション	
目的	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	複数の活動から選んでコミュニケーションを図る	ヘルマンハーブの演奏に合わせて皆で歌い楽しみリフレッシュする	リラクゼーション・気分の高揚	
	27	28	29	30	31		
午前	体力向上体操	右脳左脳トレーニング	脳トレ体操	今日の私のリクエスト	体力向上体操		
目的	身体の柔軟性・筋力アップを目指す 集団体操	脳の活性化を図る 集団体操	頭を使いながら体を動かし脳の活性化を図る 集団体操	昔を懐かしむと共に、大きな声をだして肺活量を増やす。 集団体操	身体の柔軟性・筋力アップを目指す 集団体操		
午後	選択活動	音楽レクリエーション	選択活動	水彩画	水彩画		
目的	複数の活動から選んでコミュニケーションを図る	歌って踊って健康をサポートする	複数の活動から選んでコミュニケーションを図る	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		

体重測定

20日(月) ~ 25日(土)

★ 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。