

令和7年 3 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 | | |
| 午前 | | | | | | 右脳左脳トレーニング 脳の活性化を図る 集団体操 演芸ボランティア(ラカジャリスタ) フラメンコを見て楽しむ | | | |
| 目的 | | | | | | | | | |
| 午後 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | | | 8 | 9 |
| 目的 | | | | | | | | | |
| 午前 | ひな祭り会 | ひな祭り会 | ひな祭り会 | 談話会 | 談話会 | 談話会 | | | |
| 目的 | 行事を通じて季節を感じる 集団体操 | 行事を通じて季節を感じる 集団体操 | 行事を通じて季節を感じる 集団体操 | 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 | コミュニケーションを促進する 集団体操 | | | |
| 午後 | ひな祭り会 | ひな祭り会 | ひな祭り会 | 陶芸 | 演芸ボランティア(植松) | 壁面装飾 | | | |
| 目的 | 行事を通じて季節を感じる | 行事を通じて季節を感じる | 行事を通じて季節を感じる | 巧みに指先を使い、でき上がりの達成感を感じる | 踊りを楽しむ | みんなで一つのものを作り交流を持つ | | | |
| | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | | |
| 午前 | 右脳左脳トレーニング | 歌と体操 | 保育園交流会 | 歌と体操 | 体力向上体操 | 脳トレ体操 | | | |
| 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 | 園児との交流を図り元気を貰う 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 | 頭を使いながら体を動かし脳の活性化を図る 集団体操 | | | |
| 午後 | 防災訓練・壁面装飾 | 陶芸 | 陶芸 | 料理教室 | 料理教室 | 料理教室 | | | |
| 目的 | みんなで一つのものを作り交流を持つ | 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 | 五感を刺激し日常生活の維持する | 五感を刺激し日常生活の維持する | 五感を刺激し日常生活の維持する | | | |
| | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | | |
| 午前 | 脳トレ体操 | 体力向上体操 | 今日の私のリクエスト | 脳トレ体操 | 右脳左脳トレーニング | 歌と体操 | | | |
| 目的 | 頭を使いながら体を動かし脳の活性化を図る 集団体操 | 身体の柔軟性・筋力アップを目指す 集団体操 | 音を懐かしむと共に、大きな声をだして肺活量を増やす。 集団体操 | 頭を使いながら体を動かし脳の活性化を図る 集団体操 | 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 | | | |
| 午後 | 演芸ボランティア(ナイスショット) | 棒サッカー | 音楽レクリエーション | 選択活動 | 選択活動 | 選択活動 | | | |
| 目的 | 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 | 「動体視力」「反射神経」、そして「集中力」が高まる。 | 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 | 複数の活動から選んでコミュニケーションを図る | 複数の活動から選んでコミュニケーションを図る | | | |
| | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | | |
| 午前 | 歌と体操 | 脳トレ体操 | 右脳左脳トレーニング | 体力向上体操 | 歌と体操 | 体力向上体操 | | | |
| 目的 | 歌と一緒に身体を動かし、リフレッシュを図る 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 | 脳の活性化を図る 集団体操 | 身体の柔軟性・筋力アップを目指す 集団体操 | 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 | 水彩画 | 演芸ボランティア(シュリット) | 水彩画 | | | |
| 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 | 絵を選んで頂き色付することで色彩感覚を養う | ヘルマンハープの演奏に合わせて皆で歌い楽しみリフレッシュする | 絵を選んで頂き色付することで色彩感覚を養う | | | |
| | 31 | | | | | | | | |
| 午前 | 今日の私のリクエスト | ★ 26日はお楽しみ湯の予定となっております。 | | | | | 体重測定 | 24日(月) ~ 29日(土) | |
| 目的 | 音を懐かしむと共に、大きな声をだして肺活量を増やす。 集団体操 | | | | | | | | |
| 午後 | 大玉転がし | ★ 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。 | | | | | | | |
| 目的 | 上肢を大きく動かし、上肢の筋力・可動域向上を目指す | | | | | | | | |