

令和6年10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		体力向上体操	脳トレ体操	談話会	談話会	談話会	
目的		身体の柔軟性・筋力アップを目指す	頭を使いながら体を動かし脳の活性化を図る	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	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		壁面装飾	陶芸	陶芸	壁面装飾	壁面装飾	
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	みんなで一つのものを作り交流を持つ	みんなで一つのものを作り交流を持つ	みんなで一つのものを作り交流を持つ	
	7	8	9	10	11	12	13
午前	右脳左脳トレーニング	歌と体操	保育園交流会	脳トレ体操	体力向上体操	歌と体操	
目的	脳の活性化を図る	歌と一緒に身体を動かし、リフレッシュを図る	園児との交流を図り元気を貰う	頭を使いながら体を動かし脳の活性化を図る	身体の柔軟性・筋力アップを目指す	歌と一緒に身体を動かし、リフレッシュを図る	
	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	選択活動	陶芸	ゴルフ	選択活動	選択活動	選択活動	
目的	複数の活動から選んで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	楽しみながら上肢を動かす	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	
	14	15	16	17	18	19	20
午前	歌と体操	脳トレ体操	歌と体操	右脳左脳トレーニング	脳トレ体操	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	頭を使いながら体を動かし脳の活性化を図る	歌と一緒に身体を動かし、リフレッシュを図る	脳の活性化を図る	頭を使いながら体を動かし脳の活性化を図る	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	演芸ボランティア(シュリット)	選択活動	選択活動	カレンダー作成	カレンダー作成	カレンダー作成	
目的	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	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	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	今日の私のリクエスト	右脳左脳トレーニング	体力向上体操	歌と体操	脳トレ体操	
目的	身体の柔軟性・筋力アップを目指す	昔を懐かしむと共に、大きな声をだして肺活量を増やす。	脳の活性化を図る	身体の柔軟性・筋力アップを目指す	歌と一緒に身体を動かし、リフレッシュを図る	頭を使いながら体を動かし脳の活性化を図る	
	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(木下)	演芸ボランティア(ナイスショット)	ポリ袋相撲合戦	演芸ボランティア(フラメンコ)	
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	オカリナの音色で心を和まし、昔の歌を思い出す	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	上肢の筋力を鍛える	フラメンコを見て楽しむ	
	28	29	30	31			
午前	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			
目的	頭を使いながら体を動かし脳の活性化を図る	脳の活性化を図る	身体の柔軟性・筋力アップを目指す	歌と一緒に身体を動かし、リフレッシュを図る			
	集団体操	集団体操	集団体操	集団体操			
午後	料理教室	料理教室	料理教室	棒サッカー			
目的	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	「動体視力」「反射神経」、そして「集中力」が高まる			