

令和 7年 6 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   |
| 午前 |                            |                                  |                        |                                |                              |                              |     |
| 目的 |                            |                                  |                        |                                |                              |                              |     |
|    |                            |                                  |                        |                                |                              |                              |     |
| 午後 |                            |                                  |                        |                                |                              |                              |     |
| 目的 |                            |                                  |                        |                                |                              |                              |     |
|    | 2                          | 3                                | 4                      | 5                              | 6                            | 7                            | 8   |
| 午前 | 談話会                        | 談話会                              | 談話会                    | 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                   |     |
| 目的 | 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         | 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         | 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                       | 集団体操                             | 集団体操                   | 集団体操                           | 集団体操                         | 集団体操                         |     |
| 午後 | 風船かご入れ                     | 陶芸                               | 陶芸                     | 陶芸                             | ゲートボール                       | 風船バレー                        |     |
| 目的 | 上肢の筋力と俊敏性の向上を目指す           | 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 | 巧みに指先を使い、でき上がりの達成感を感じる         | 上肢を動かしながら、集中力を高める            | 動体視力や空間認知能力の訓練               |     |
|    | 9                          | 10                               | 11                     | 12                             | 13                           | 14                           | 15  |
| 午前 | 歌と体操                       | 右脳左脳トレーニング                       | 保育園交流会                 | 歌と体操                           | 体力向上体操                       | 歌と体操                         |     |
| 目的 | 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                         | 園児との交流を図り元気を貰う         | 歌と一緒に身体を動かし、リフレッシュを図る          | 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                       | 選択活動                             | 選択活動                   | 壁面装飾                           | 壁面装飾                         | 演芸ボランティア(東京ミューズ)             |     |
| 目的 | 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 | 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            | 歌を楽しみ、リフレッシュする               |     |
|    | 16                         | 17                               | 18                     | 19                             | 20                           | 21                           | 22  |
| 午前 | 運動会                        | 運動会                              | 運動会                    | 体力向上体操                         | 右脳左脳トレーニング                   | 脳トレ体操                        |     |
| 目的 | 楽しみながら身体向上を測り団結力を養う        | 楽しみながら身体向上を測り団結力を養う              | 楽しみながら身体向上を測り団結力を養う    | 身体の柔軟性・筋力アップを目指す               | 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         |     |
|    | 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 | 運動会                        | 運動会                              | 運動会                    | 演芸ボランティア(シュリット)                | 美容レクリエーション(ネイル)              | 大玉転がし                        |     |
| 目的 | 楽しみながら身体向上を測り団結力を養う        | 楽しみながら身体向上を測り団結力を養う              | 楽しみながら身体向上を測り団結力を養う    | 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               | 上肢を大きく動かし、上肢の筋力・可動域向上を目指す    |     |
|    | 23                         | 24                               | 25                     | 26                             | 27                           | 28                           | 29  |
| 午前 | 右脳左脳トレーニング                 | 脳トレ体操                            | 体力向上体操                 | 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                   | 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       | 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        | 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(ナイスショット)          | 美容レクリエーション(エステ)                  | 水彩画                    | カレンダー作成                        | カレンダー作成                      | カレンダー作成                      |     |
| 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  | リラクゼーション・気分の高揚                   | 絵を選んで頂き色付することで色彩感覚を養う  | 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 |     |
|    | 30                         | ★ 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。 |                        |                                |                              |                              |     |
| 午前 | 今日の私のリクエスト                 |                                  |                        |                                |                              |                              |     |
| 目的 | 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                       |                                  |                        |                                |                              |                              |     |
| 午後 | 水彩画                        |                                  |                        |                                |                              |                              |     |
| 目的 | 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                             |                        |                                |                              |                              |     |
|    |                            | 23日(月) ～ 28日(土)                  |                        |                                |                              |                              |     |

体重測定

23日(月) ～ 28日(土)