

令和 8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	2	3	4	5	6	7	
午前	談話会	談話会	談話会	右脳左脳トレーニング	歌と体操	体力向上体操		
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	コミュニケーションを促進する 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	身体の柔軟性・筋力アップを目指す 集団体操		
午後	競馬でGO!	陶芸	陶芸	陶芸	風船バレー	演芸ボランティア(東京ミュージ)		
目的	肩の可動域向上	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	動体視力や空間認知能力の訓練	歌を楽しみ、リフレッシュする		
	8	9	10	11	12	13	14	
午前	右脳左脳トレーニング	体力向上体操	保育園交流会	体力向上体操	脳トレ体操	歌と体操		
目的	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	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	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		
午後	壁面装飾	壁面装飾	壁面装飾	演芸ボランティア(ナイスショット)	競馬でGO!	〇〇投げ		
目的	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	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	肩の可動域向上	上肢を大きく動かし、上肢の筋力・可動域向上を目指す		
	15	16	17	18	19	20	21	
午前	脳トレ体操	右脳左脳トレーニング	体力向上体操	運動会	運動会	運動会		
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	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	楽しみながら身体向上を測り団結力を養う 集団体操	楽しみながら身体向上を測り団結力を養う 集団体操	楽しみながら身体向上を測り団結力を養う 集団体操		
午後	選択活動	選択活動	選択活動	運動会	運動会	運動会		
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	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		
	22	23	24	25	26	27	28	
午前	体力向上体操	脳トレ体操	歌と体操	脳トレ体操	右脳左脳トレーニング	脳トレ体操		
目的	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	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	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	演芸ボランティア(シュリット)	水彩画	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	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	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	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		
	29	30						
午前	歌と体操	今日の私のリクエスト						
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	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	風船バレー	〇〇投げ						
目的	動体視力や空間認知能力の訓練	上肢を大きく動かし、上肢の筋力・可動域向上を目指す						

体重測定

22日(月) ~ 27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。