

10月 デイホーム高円寺北ふれあいの家 10月 プログラム予定表

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|------------------|------------------|--|------------------------|------------------|-------------------------------|
| 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| ふぉーゆー体操 | ふぉーゆー体操 | ふぉーゆー体操 | ふぉーゆー体操 | ふぉーゆー体操 | ふぉーゆー体操 |
| カレンダー | カレンダー | カレンダー | 馬場先生の 歌声喫茶 | カレンダー | 臨床美術 /ゲーム |
| 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| ふぉーゆー体操 | ふぉーゆー体操 | ふぉーゆー体操 | ふぉーゆー体操 | ふぉーゆー体操 | ふぉーゆー体操 |
| ピンポンカップイン ゲーム | ピンポンカップイン ゲーム | 馬場先生の 歌声喫茶 | 絵手紙教室 | ピンポンカップイン ゲーム | 書道 |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| ふぉーゆー体操 | ふぉーゆー体操 | ふぉーゆー体操 | ふぉーゆー体操 /臨床美術 | 子ども園交流会 /臨床美術 | ふぉーゆー体操 |
| ゲーム /臨床美術 | ドッグセラピー | ピンポンカップイン ゲーム | カレンダー/ピンポ ンカップインゲーム | ゲーム | フラワーアレンジメント / ピンポンカップインゲーム |
| 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| ふぉーゆー体操 | ふぉーゆー体操 | ふれあいの家 秋の大運動会 | ふれあいの家 秋の大運動会 | ふぉーゆー体操 | ふぉーゆー体操 |
| 書道 | 馬場先生の 歌声喫茶 | | | みんなで歌おう | ギター演奏会 |
| 30 | 31 |  | | | |
| ふぉーゆー体操 | ふぉーゆー体操 | | | | |
| ピアノとともに | ゲーム | | | | |



レクリエーション・行事等～気分転換・地域社会交流～

馬場先生の歌声喫茶 5日(木)・11日(水)・24日(火)
馬場先生のギターとともに懐かしの流行歌などを合奏します。

ピアノとともに 30日(月)
ピアノの森さんの素敵な演奏を聞いた後で、伴奏に合わせて合奏します。

ドッグセラピー 17日(火)
かわいいワンちゃんとふれあって癒しの時間を持ていただきます。

ギター演奏会 28日(金)
講師の井口さんのギター演奏で、ゆったりと午後のひとときをお過ごし下さい。

みんなで歌おう! 27日(金)
チームシュッシュによるコーラスや珍しい楽器の演奏をお楽しみいただきます



趣味・ふれあいサークル活動～いきがづくり～

絵手紙教室 12日(木)
季節の題材を葉書に描きます。未経験の方でも簡単に描くことが出来ます。

フラワーアレンジメントサークル 21日(土)
この道30年の先生がみなさんにご教授くださいます。

臨床美術 7日(土)・16日(月)・19日(木)・20日(金)
臨床美術士の資格を持つ矢代職員による、五感を最大限に働かせるように工夫された美術プログラムです。

書道 14日(土)・23日(月)
お手本を見ながら季節の文字を書きます。



今月の機能訓練・アクティビティ～健康・からだづくり～

銭形平次ゲーム
上肢の運動、集中力の向上を目的としています。

1mほど離れた的にダンボールで作った一文銭を投げて、倒して頂きます。
的は“町人”“悪人”“極悪人”それぞれ点数がついています。
5回投げて、合計点数を競います。
極悪人を倒して高得点を狙って下さい。スレスレ解消にもなります。

ピンポンカップインゲーム
複数並んだペットボトル(上面をカットした状態)にピンポン玉を投げます。
ペットボトルの並びは手前が数が多く、奥ほど数が少なくなっており、ボーリングのピンと逆並びで三角形になります。
手前のペットボトルほど点数が低く、奥のペットボトルほど点数が高くなります。
さらに、ペットボトルには色付きのテープが巻かれていて、同じ色のテープのペットボトルに入るとボーナスポイントが入ります。

上肢筋力強化 下肢筋力強化 脳活性 手指巧緻性

お知らせ・トピックス **ふれあいの家・秋の大運動会!**



“ふれあい秋の大運動会”は、25日(水)・26日(木)の二日間行われます。
当日ご来所日ではない方の臨時のご利用も大歓迎!!
また、ご家族様のご参加もお待ちしております。
詳細は、後日連絡帳にてご案内致します。さあ、スポーツの秋を楽しみましょう!

