



デイホーム高円寺北ふれあいの家 11月 プログラム予定表

月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5
	ふおーゆー体操	ふおーゆー体操	ふおーゆー体操	ふおーゆー体操	ふおーゆー体操
	ゲーム	ゲーム	馬場先生の 歌声喫茶	的当てゲーム	臨床美術/ ゲーム
7	8	9	10	11	12
ふおーゆー体操	ふおーゆー体操	ふおーゆー体操	ふおーゆー体操	ふおーゆー体操	ふおーゆー体操
カレンダー	カレンダー	馬場先生の 歌声喫茶	絵手紙教室	みんなで歌おう	書道
14	15	16	17	18	19
ふおーゆー体操	ふおーゆー体操	ふおーゆー体操	ふおーゆー体操/ 臨床美術	エンちゃん体操/ 臨床美術	ふおーゆー体操
的当てゲーム	ドッグセラピー	カレンダー	臨床美術/ ゲーム	カレンダー	フラワーアレンジメント/ 的当てゲーム
21	22	23	24	25	26
ふおーゆー体操	ふおーゆー体操	ふおーゆー体操	ふおーゆー体操	ふおーゆー体操	ふおーゆー体操
書道	馬場先生の 歌声喫茶	的当てゲーム	カレンダー	ゲーム	カレンダー
28	29	30			
ふおーゆー体操	ふおーゆー体操	ふおーゆー体操			
ギター演奏会	的当てゲーム	ピアノとともに			



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 3日(木)・9日(水)・22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唱します。

ピアノとともに 30日(水)

ピアノの森さんの素敵な演奏を聞いた後で、伴奏に合わせて合唱します。

ドッグセラピー 15日(火)

かわいいワンちゃんとふれあって、癒しの時間をもって頂きます。

ギター演奏会 28日(月)

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! 11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 10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 19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 5日(土)AM・17日(木)AM・PM・18日(金)AM

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。

エンちゃん体操 18日(金)

遠藤先生の音楽を取り入れた楽しい体操です。

書道 12日(土)・21日(月)

お手本を見ながら季節の文字を書いていただきます。



今月の機能訓練・アクティビティ～健康・からだづくり～

おじゃみ飛ばし



関西地方では「お手玉」のことを「おじゃみ」と言います。足の甲におじゃみを置き、靴飛ばしの要領で前方に飛ばします。等間隔にラインを引き遠くへ飛ばすほど高得点となります。おじゃみが落ちた位置の点数がもらえると同時にその横にある紙をめくり、書いているお題にも挑戦して頂きます。(歌・物まね等)お題をクリアすると、さらにボーナス得点がもらえます。集中力を養い、下肢運動を目的としています。

的当てゲーム



ロープに沢山の的がぶら下がっています。的に向かってボールを投げるゲームです。的に狙った点数の合計点を競います。穴空きの的にボールを通したら、高得点が狙えます。



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

おでかけ昼食会のお知らせ



11月はお出かけ昼食会をお楽しみ頂きたいと思ひます。皆さまからリクエストが多かった「木曽路」でのランチを予定致しております。温かいものが食べたい季節、和食の昼食会でいつもよりゆったりとお食事をお楽しみ頂きます。

