デイホーム高円寺北ふれあいの家　3月　プログラム予定表

月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4
		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
		蹴っ飛ばしカーリング	馬場先生の歌声喫茶	蹴っ飛ばしカーリング	臨床美術/ゲーム
6	7	8	9	10	11
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	馬場先生の歌声喫茶	絵手紙	みんなで歌おう！	書　道
13	14	15	16	17	18
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	エンちゃん体操/臨床美術	ふぉーゆー体操
蹴っ飛ばしカーリング	蹴っ飛ばしカーリング	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
20	21	22	23	24	25
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
書　道	かご入れピンポン	かご入れピンポン	カレンダー	ピアノとともに	カレンダー
27	28	29	30	31	
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	
かご入れピンポン	馬場先生の歌声喫茶	ギター演奏会	蹴っ飛ばしカーリング	かご入れピンポン	

お知らせ・トピックス



お花見外出のお知らせ



桜の開花宣言が楽しみですね。今年も中野通りをドライブでお花見をお楽しみ頂く途中、新井薬師に立ち寄り、樹齢　年の立派な「ソメイヨシノ」や「プリンセス雅」等、色々な桜もご覧頂けます。詳細は後日連絡帳にてお知らせ致します。

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　2日(木)・ 8日(水)・28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　24日(金)
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　学校行事の為、お休みとなります。
近隣の動物専門学校より可愛いワンちゃんが遊びに来て下さいます。

ギター演奏会　29日(水)
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！　10日(金)
チームシュ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～いきがいづくり～

絵手紙教室　9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　18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 4日PM(土)・13日PM(月)・16日AM・PM(木)・17AM(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。

エンちゃん体操　17日AM(金)
遠藤先生の音楽を取り入れた楽しい体操です。

書道11日(土)・20日(月)
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。

今月の機能訓練・アクティビティ～健康・からだづくり～

蹴っ飛ばしカーリング
的から離れた場所に座ってストーン(石)に見立てた牛乳パックを蹴ります。的の中心部の高得点を狙い、距離の見当識を働かせてストーンを蹴って頂きます。お一人ずつ蹴って、合計点を競います。

かご入れピンポン
離れたかごにピンポン玉をワンバウンドさせて入れます。
かごはいろいろな大きさ、深さがあり、それぞれ点数が異なります。
距離の見当識やバウンドさせる角度等の感覚を働かせて高得点を

上肢筋力強化　下肢筋力強化　脳活性　手指巧緻性