



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
			ふおーゆー体操	ふおーゆー体操 /ハッピークラブ♪	ふおーゆー体操
			馬場先生の 歌声喫茶	レクリエーション /麻雀サークル	臨床美術 /バラエティー玉入れ
5	6	7	8	9	10
ふおーゆー体操	ふおーゆー体操 /ハッピークラブ♪	ふおーゆー体操	ふおーゆー体操	ふおーゆー体操 /ハッピークラブ♪	ふおーゆー体操
カレンダー	カレンダー	カレンダー	絵手紙教室	カレンダー /麻雀サークル	書道
12	13	14	15	16	17
ふおーゆー体操	ふおーゆー体操 /ハッピークラブ♪	ふおーゆー体操	ふおーゆー体操/ 臨床美術	ふおーゆー体操 /ハッピークラブ♪/臨床美術	ふおーゆー体操
臨床美術 /バラエティー玉入れ	バラエティー玉入れ	馬場先生の 歌声喫茶	カレンダー	バラエティー玉入れ /麻雀サークル	フラワーアレンジメント /ゲーム
19	20	21	22	23	24
ふおーゆー体操	ふおーゆー体操 /ハッピークラブ♪	ふおーゆー体操	ふおーゆー体操	ふおーゆー体操 /ハッピークラブ♪	ふおーゆー体操
書道	レクリエーション	バラエティー玉入れ	バラエティー玉入れ	みんなで歌おう /麻雀サークル	カレンダー
26	27	28	29	30	
ふおーゆー体操	ふおーゆー体操 /ハッピークラブ♪	ふおーゆー体操	ふおーゆー体操	ふおーゆー体操 /ハッピークラブ♪	
レクリエーション	馬場先生の 歌声喫茶	レクリエーション	ギター演奏会	レクリエーション /麻雀サークル	



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 1日(木)・14日(水)・27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 講師のご都合により今月はお休みとなります。

ピアノの森さんの素敵な演奏を聴いた後で、伴奏に合わせて合唱します。

ドッグセラピー 動物学校の行事都合により今月はお休みです。

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 29日(木)

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! 23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～いきがづくり～

絵手紙教室 8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できます。

フラワーアレンジメントサークル 17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 3日(土)PM・12日(月)AM・15日(木)AM・16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。

書道 3日(土)・19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。

ハッピークラブ♪毎週火曜日・金曜日AM

『楽しく歌う』をテーマに!ギターに合わせて課題曲の練習をします。



今月の機能訓練・アクティビティ～健康・からだづくり～

バラエティー玉入れ

椅子に座ったまま1～2m離れた空のカゴに色々な物を投げ入れます。

丸めた新聞紙や、ボールの他スポンジや紙飛行機等・・・

物によって難易度が異なる為点数をそれぞれ決めておきます。

チーム対抗で行います。仲間意識や協力意識を高めます。

上肢の可動性、座位の耐久性やバランス能力を高める効果を狙っています。

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



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

おでかけ屋食会のお知らせ

11月はお出かけ屋食会をお楽しみ頂きたいと思います。
皆様からのご希望が多い「木曽路」でのランチを予定致しております。
和食の屋食会でいつもよりゆったいとお食事をお楽しみ頂きます。
詳細は連絡帳にて、後日お知らせ致します。『

