

平成30年10月 プログラム表



中央区立高齢者在宅サービスセンター
マイホームはるみ（のぞみフロア）

体操				脳トレ・活動・行事・イベント		
<p>★毎日11：25～40までは「口腔体操」を実施しております。利用者様にはお口を動かして頂き、声を出したり舌を動かしてお食事が飲み込み易くなるよう運動を行っています。</p> <p>★13：00からはボールや棒を使った運動を行っています。手足を上下・左右にしっかりと動かして頂いています。</p>				<p>★脳トレ ジグソーパズル・カレンダー塗り絵など</p> <p>★お誕生会 おやつの時間にお祝いをさせていただきます！</p> <p>★臨床美術 講師をお招きしてパステル絵の具を使用した絵を描いて頂きます。ご自身で「空」の絵を描いて、利用者様それぞれの個性を表して頂きます。</p>		
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	ハキハキ ピンポン	踊りの会	卓球	玉入れ	ボーリング 大会	缶倒し ゲーム
7	8	9	10	11	12	13
物送り ゲーム	セラピー ドッグ	千支セトラ ゲーム	輪投げ	フラワー アレンジ	フラワー アレンジ	カーリング
14	15	16	17	18	19	20
缶倒し ゲーム	お手玉飛ば しゲーム	パター ゴルフ	魚釣り ゲーム	物送り ゲーム	卓上ゲーム	サッカー ゲーム
21	22	23	24	25	26	27
千支セトラ ゲーム	踊りの会	的当て ゲーム	ロータリー クラブ	缶倒し ゲーム	臨床美術	フルーツ 演奏会
28	29	30	31			
ボーリング 大会	輪投げ	セラピー ドッグ	ハキハキ ピンポン			

※毎月15日からは体重測定を行います。
※予定表は変更する可能性もございます。ご了承ください。

