



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
	1	2	3	4	5
	ふぉーゆー体操 /ハッピークラブ♪	ふぉーゆー体操	ふぉーゆー体操	ふぉーゆー体操 /ハッピークラブ♪	ふぉーゆー体操
	サイコロころころ	サイコロころころ	馬場先生の 歌声喫茶	サイコロころころ /麻雀サークル	臨床美術 /カレンダー
7	8	9	10	11	12
ふぉーゆー体操	ふぉーゆー体操 /ハッピークラブ♪	ふぉーゆー体操	ふぉーゆー体操	ふぉーゆー体操 /ハッピークラブ♪	ふぉーゆー体操
サイコロころころ	カレンダー	馬場先生の 歌声喫茶	カレンダー	カレンダー /麻雀サークル	書道
14	15	16	17	18	19
ふぉーゆー体操	ふぉーゆー体操 /ハッピークラブ♪	ふぉーゆー体操	ふぉーゆー体操 /臨床美術	ふぉーゆー体操 /ハッピークラブ♪/臨床美術	ふぉーゆー体操
カレンダー	ドッグセラピー	カレンダー	絵手紙教室	みんなで歌おう /麻雀サークル	フラワーアレンジメント /サイコロころころ
21	22	23	24	25	26
ふぉーゆー体操	ふぉーゆー体操 /ハッピークラブ♪	ふぉーゆー体操	ふぉーゆー体操	ふぉーゆー体操 /ハッピークラブ♪	ふぉーゆー体操
臨床美術 /ピンポンカップインゲーム	馬場先生の 歌声喫茶	たかえさんと 歌おう	ギター演奏会	レクリエーション /麻雀サークル	ピンポンカップイン ゲーム
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		
書道	ピンポンカップイン ゲーム	みんなで歌おう	サイコロころころ		



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。

ドッグセラピー 15日(火)

かわいいワンちゃんとおふれあって癒しの時間を持ていただきます。

井口先生のギター演奏会 24日(木)

講師の井口さんのギター演奏で、ゆったりと午後の一ときをお過ごし下さい。

みんなで歌おう! 18日(金)・30日(水)

珍しいコーラスをお楽しみいただけます。

たかえさんと歌おう! 23日(水)

ゲストのたかえさんと一緒に盛り上がりましょう。



趣味・ふれあいサークル活動～いきがづくり～

絵手紙教室 17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 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)・17日(木)・18日(金)・21日(月)

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 12日(土)・28日(月)

お手本を見ながら季節の文字を書きます。

ハッピークラブ♪ 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～

サイコロころころ



床に敷いた点数表に向かって3種類のサイコロを転がします。

それぞれサイコロの目とさいころが止まった点数をたした数を合計して頂きます。

上肢を使う運動機能の向上と計算することによる脳トレを兼ね備えたゲームです。

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。



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

参加したいプログラムやイベントがありましたら

10月イベント ぜひ職員までお声掛け下さい!

プログラム ご利用日で無い日の臨時利用も承ります。

