【令和4年5月の活動予定表】

社会福祉法人おもと会　デイサービスセンターすみれ

■午前の活動

①認知療法

・リアリティーオリエンテーション（季節・日付・曜日・場所の確認、話題の提供）
・回想法
・脳トレカード

②集団運動

・ボール運動
・尿失禁予防体操
・棒体操
・リズム体操
・ラジオ体操

③個別活動

・屋外歩行
・計算プリント
・脳トレ用プリント
・大人の塗り絵
・手指の運動　など

■午後の活動

月	火	水	木	金	土
2	3	4	5	6	7
すごろく 出たとこ体操	コグニサイズ	連想ゲーム	ちぎり絵 & 手工芸	集団回想法	文字シャッフル ゲーム
9	10	11	12	13	14
すごろく 出たとこ体操	コグニサイズ	連想ゲーム	ちぎり絵 & 手工芸	集団回想法	文字シャッフル ゲーム
16	17	18	19	20	21
すごろく 出たとこ体操	コグニサイズ	連想ゲーム	ちぎり絵 & 手工芸	料理教室	文字シャッフル ゲーム
23	24	25	26	27	28
すごろく 出たとこ体操	コグニサイズ	連想ゲーム	ちぎり絵 & 手工芸	集団回想法	文字シャッフル ゲーム
30	31				
すごろく 出たとこ体操	コグニサイズ				

テーマ　お手玉体操

今回は、朝の活動で行っている、「お手玉体操」を取り上げました。お手玉体操とは？高齢者は、季節に関わらず手指が冷えています。手指の刺激による温めと握力強化として日頃の集団体操でお手玉を用いてます。

昔懐かしいお手玉遊びで回想法の効果もあり、楽しみながら笑顔で盛り上がっています。

お手玉を握って～
開いて～
深呼吸