

【令和5年2月の活動予定表】



■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



■午後の活動

月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4
		クロスワード パズル	サイコロ足回し	節分	文字シャッフル ゲーム
6	7	8	9	10	11
手工芸	花見	クロスワード パズル	花見	集団回想法	連想ゲーム
13	14	15	16	17	18
手工芸	すごろく 出たところ体操	クロスワード パズル	サイコロ足回し	チュアルタスク 体操	文字シャッフル ゲーム
20	21	22	23	24	25
手工芸	誕生日会	クロスワード パズル	サイコロ足回し	集団回想法	連想ゲーム
27	28				
手工芸	すごろく 出たところ体操				

【自主トレーニング紹介】

「-5歳を目指そう若返り体操」

利用者が自主的にできる「-5歳を目指そう若返り体操」の仕掛けを作りました(^^)♪
「-5歳の若返り」のフレーズに反応し、
隙間時間を利用して取り組んでいます♪

