

4月

デイサービスおあしす アクティビティ

	フラワーサークル
	音楽健康プログラム

	日	月	火	水	木	金	土
★ 1A 1B 2	7	1 折り紙教室(2F) 魚釣りゲーム 指体操&音楽クイズ	2 射的ゲーム 郷土カルタ ストレッチ体操&コグニサイズ	3 手芸サークル もじもじゲーム ダンベル体操&歴史クイズ	4 金魚すくい 水彩画(2F)書道(1F) 棒体操&コグニサイズ	5 ワクワクルーレット お手玉でシュート 音楽健康プログラム	6 タコ釣りゲーム 百人一首 健康体操&コグニサイズ
★ 1A 1B 2	14	8 絵手紙サークル 積み上げゲーム ストレッチ体操&O×クイズ	9 とんとん相撲 すごろく 三味線♪ボランティア	10 トランプ 棒倒しゲーム ヨガ体操&コグニサイズ	11 輪投げ大会 折り紙教室(2F) 音楽健康プログラム	12 手芸サークル(1F) 的当てゲーム セラバンド体操(1F) リラクゼーションセッション(2F)	13 パターゴルフ 書道教室 リズム体操&漢字クイズ
★ 1A 1B 2	21	15 ボーリングゲーム 水彩画(2F) 音楽健康プログラム	16 シアター 風船バレー タオル体操&コグニサイズ	17 魚釣りゲーム おあしすすごろく フラダンス	18 手芸サークル(2F) 射的ゲーム 指体操&コグニサイズ	19 もじもじゲーム 水彩画 健康体操&歴史クイズ	20 折り紙教室 お手玉でシュート 棒体操&コグニサイズ
★ 1A 1B 2	28	22 郷土かるた 金魚すくい ダンベル体操(1F) 音楽の会♪(2F)	23 積み上げゲーム ワクワクルーレット ダンベル体操&コグニサイズ	24 書道教室 とんとん相撲 セラバンド体操&おもしろクイズ	25 棒倒しゲーム 絵手紙サークル おあしす体操(1F) フラダンス(2F)	26 トランプ 風船バレー ヨガ体操&コグニサイズ	27 的当てゲーム カルタ ヤングハート コンサート
★ 1A 1B 2		29 パターゴルフ すごろく フラダンス(1F) リラクゼーションセッション(2F)	30 水彩画 ボーリングゲーム 健康体操&曲あてクイズ				

1A・1B…13:00~14:30
2…15:30~16:30
A・Bでお好きなレクをお選びいただけます。

歩こうクラブにて公共施設・公園等への外出を毎月実施します。(実施日程未定)
カラオケは随時、園芸クラブ・麻雀は不定期での実施です。

写真:3月のおあしす園芸クラブのチューリップ