



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	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。						1 射的ゲーム ワクワクルーレット ストレッチ体操 &コグニサイズ	
★ 1A 1B 2	2 おひなさまゲーム ひなまつりイベント	3 シアター おひなさまゲーム ひなまつりイベント	4 ボールゲーム すごろく フラダンス	5 トランプ 的あてゲーム のびのび体操 &歴史クイズ	6 積み上げゲーム 書道教室 タオル体操 &コグニサイズ	7 臨床美術 もじもじゲーム ヨガ体操(1F) リズムセッション(2F)	8 棒倒しゲーム 水彩画 健康体操 &漢字クイズ	
★ 1A 1B 2	9 風船バレー 郷土カルタ 音楽健康プログラム フラダンス(2F)	10 風船バレー 郷土カルタ 音楽健康プログラム フラダンス(2F)	11 回想法 とんとん相撲 棒体操 &コグニサイズ	12 お手玉でシュート カードゲーム ダンベル体操 &面白クイズ	13 百人一首 キャッチャーゲーム セラバンド体操 &コグニサイズ	14 金魚すくい 手芸サークル(1F) おあしす体操(1F) リラクゼーションセッション(2F)	15 折り紙教室 パターゴルフ 指体操 &コグニサイズ	
★ 1A 1B 2	16 絵手紙サークル ボーリング リズム体操(1F) リズムセッション(2F)	17 絵手紙サークル ボーリング リズム体操(1F) リズムセッション(2F)	18 モルックゲーム 書道教室 三味線♪ボランティア	19 水彩画 風船バレー 健康体操 &コグニサイズ	20 輪投げゲーム カルタ 音楽健康プログラム	21 すごろく(1F) 手芸サークル(2F) タコ釣りゲーム お掃除体操 &コグニサイズ	22 魚釣りゲーム トランプ タオル体操 &○×クイズ	
★ 1A 1B 2	23 射的ゲーム カードゲーム(1F) 書道教室(2F) ダンベル体操(1F) リラクゼーションセッション(2F)	24 射的ゲーム カードゲーム(1F) 書道教室(2F) ダンベル体操(1F) リラクゼーションセッション(2F)	25 シアター 的あてゲーム 音楽健康プログラム	26 棒倒しゲーム 回想法 棒体操 &コグニサイズ	27 臨床美術 ポッチャゲーム ストレッチ体操 &曲あてクイズ	28 ボールゲーム 百人一首(1F) 折り紙教室(2F) フラダンス(1F)	29 書道教室 積み上げゲーム おあしす体操 &ことわざクイズ	
★ 1A 1B 2	30 モルックゲーム 手芸サークル(1F) 水彩画(2F) セラバンド体操 &コグニサイズ	31 モルックゲーム 手芸サークル(1F) 水彩画(2F) セラバンド体操 &コグニサイズ						

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:2月製作の壁紙作品「うららか日和の花畑」