

令和3年3月予定表

東四つ木在宅サービスセンター

日	月 1	火 2	水 3	木 4	金 5	土 6
午前	レクリエーション 小グループ 脳トレ体操	小グループ 脳トレ体操	小グループ タオル体操	小グループ タオル体操 華道	小グループ 脳トレ体操	小グループ 脳トレ体操
午後	風船ゲーム 個別リハビリ ぬり絵	音楽 個別リハビリ 小物作り	ひな祭りゲーム 失禁予防体操 小物作り	ひな祭りゲーム 失禁予防体操 小物作り	春の壁面創作 転倒予防体操 ちぎり絵	円盤ゲーム 転倒予防体操 小物作り
	レクリエーション					
	8	9	10	11	12	13
午前	レクリエーション 小グループ 脳トレ体操	小グループ 脳トレ体操	小グループ 脳トレ体操	小グループ 脳トレ体操	小グループ パットボール体操	小グループ パットボール体操
午後	春の壁面創作 姿勢改善体操 ちぎり絵	春の壁面創作 姿勢改善体操 小物作り	棒体操 個別リハビリ 3月の書道	楽器でリズム 個別リハビリ ぬり絵	オンラインレク 失禁予防体操 小物作り	玉投げ童謡カルタ 失禁予防体操 小物作り
	レクリエーション					
	15	16	17	18	19	20
午前	レクリエーション 小グループ タオル体操 華道	小グループ タオル体操 華道	小グループ 脳トレ体操	小グループ 脳トレ体操	小グループ 脳トレ体操 華道	小グループ 脳トレ体操
午後	楽器でリズム 転倒予防体操 小物作り	タオル体操 転倒予防体操 3月の書道	音楽 姿勢改善体操 小物作り	春の壁面創作 姿勢改善体操 絵手紙	壁面飾り 筋力維持体操 小物作り	的当てゲーム 筋力維持体操 絵手紙
	レクリエーション					
	22	23	24	25	26	27
午前	レクリエーション 小グループ 脳トレ体操	小グループ 脳トレ体操	小グループ パットボール体操	小グループ パットボール体操	小グループ 脳トレ体操	小グループ 脳トレ体操
午後	揚げば尊しゲーム 失禁予防体操 俳句の会	バランスゲーム 失禁予防体操 小物作り	オンラインレク 筋力維持体操 絵手紙	玉投げ童謡カルタ 筋力維持体操 小物作り	揚げば尊しゲーム 個別リハビリ 俳句の会	楽器でリズム 個別リハビリ 小物作り
	レクリエーション					
	29	30	31			
午前	レクリエーション 小グループ 脳トレ体操	小グループ 脳トレ体操	小グループ 脳トレ体操			
午後	花びら取りゲーム 筋力維持体操 小物作り	押し花カード作り 筋力維持体操 小物作り	バランスゲーム 転倒予防体操 小物作り			
	レクリエーション					

オンラインレク

今月も 12日(金)と24日(水)に オンラインで
レクリエーション講師による活動を計画しています。
みなさんのご参加お待ちしております。

お花見のお知らせ 3月の下旬に予定しています!

今年も曳舟親水公園に桜を見に行きます。
開花状況により日程が変更になる事があります。
詳細はお手紙でお知らせいたします。



|

|

|

|