

時間	月	火	水	木	金	土
生活機能訓練について 日常生活を安全でより快適に過ごせるように、集団体操を充実します。ご希望の方には機能訓練指導員による個別の生活機能訓練を実施しています。また福祉用具の使い方や、運動方法等のご相談をお待ちしております。 理学療法士、作業療法士、看護師が個別の生活支援を行ないます。			1日	2日	3日	4日
			風船バレー	すごろく	〇〇運びゲーム	都道府県クイズ
			頭の体操 脳トレQ	梅雨に負けない 音楽大会	夏バテ防止 体づくり体操	リハビリ体操 (田中講師)
			ペーパー ドライバー	フリスビー シューティング	皆で歌おう	カルタ トランプ
	6日	7日	8日	9日	10日	11日
10:30~ 11:30	玉入れ 輪投げ	風船バレー	記憶カクイズ	ストレッチ体操	歌詞当てクイズ	サッカー
14:00~ 15:00	脳トレ 漢字言葉クイズ	蓄音機 コンサート (村松講師)	民謡 (榎本講師)	音楽でゲンキ (中込講師)	太極拳 (伊藤講師)	脳をフル回転 記憶カクイズ 絵手紙 (大塚講師)
16:30~ 17:10	投扇興ゲーム お茶の会 (山本講師)	フーフーパタパタ 競争	皆で歌おう	ブロック積み上げ 崩しゲーム	カルタ トランプ	皆で歌おう
	13日	14日	15日	16日	17日	18日
カレンダ-作り週間(13日~18日)						
10:30~ 11:30	イントロ キーワードで ドン	都道府県クイズ	〇〇運びゲーム	どれみちゃん コンサート (松島講師)	言葉のゲーム	歌詞当てクイズ
14:00~ 15:00	杉並民謡の会 13:45~ (松澤講師)	梅雨に負けない 身体づくり体操	尺八で歌おう (深原講師)	昔懐かし 思い出クイズ	アンサンブル フェニックス (赤松講師)	のびのびダンスセラピー (野尻講師)
16:30~ 17:10	ふれあい体操	皆で歌おう	ゲートボール	ゴルフ	ふれあい体操	輪投げ
	20日	21日	22日	23日	24日	25日
10:30~ 11:30	記憶カクイズ	サッカー	カラオケ	風船バレー	棒体操	夏に向けたレク
14:00~ 15:00	脳に刺激を 歌って体操 書道 (高野講師)	リコーダーと歌おう (ミツバリコーダー コンサート)	下肢筋力アップ 体操	リードアンサンブル ひまわり(中台講師) 絵手紙 (大塚講師)	皆で挑戦 脳トレドリル	ハワイアン コンサート JOY ALOHA (吉田講師)
16:30~ 17:10	皆で歌おう	カルタ トランプ	射的 ダーツゲーム	言葉のゲーム	七夕準備	七夕準備
	27日	28日	29日	30日		
10:30~ 11:30	ストレッチ体操	イントロ キーワードで ドン	棒体操	記憶カゲーム		
14:00~ 15:00	井草 ハーモニカ クラブ	頭と身体の体操 脳トレQ	初夏の イントロドン	リフレッシュ さわやか体操		
16:30~ 17:10	七夕準備	七夕準備	七夕準備	七夕準備		
	《選択プログラム》 ※プログラムによっては開始時間が異なります					
	月	火	水	木	金	土
体操 脳トレ 麻雀	体操 大正琴(午前) ハーモニカ	体操 コーラス 麻雀	体操 編物(午前) ハーモニカ	体操 ハーモニカ 麻雀	体操 書道(第1・第3 週) 高藤講師	
<<今月のお知らせ>> カレンダー作り・・・7月のカレンダーのテーマは「七夕」です。 選べるおやつ・・・6/13(月)3種類の中から好きなものを1つお選びいただけます。今年は全部で3回実施します! 外出プログラム・・・季節のお花を観に出かけたり、外でおやつを味わったり・・・お仲間と一緒にリフレッシュしましょう♪ 初出演!・・・6/25(土)「ハワイアンコンサート」ハワイの雰囲気を感じてゆったりとお楽しみください。 6/21(火)「ミツバ リコーダー コンソ-ト」大きさの違うリコーダーを使って音域豊かに演奏していただきます。						
美容カットサービス・・・6/6(月) 6/24(金) 担当:小林さん/料金:¥1800- 内容:カット・簡単なブロー TEL.03-3394-9831(電話にて予約承ります。)						