

曜日	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 雑祭り	4日
		10:30~11:30	2人で協カゲーム	歌詞当てクイズ	サッカー	思い出クイズ
		14:00~15:00	脳をフル回転記憶力クイズ	下肢筋力UP体操	輪になってゲーム	民謡 (田中講師)
		16:30~17:10	卓球	ビンゴ	皆で歌おう	ブロック積み崩しゲーム
	6日	7日	8日	9日	10日	11日
10:30~11:30	イントロドン!	〇〇運びゲーム	キックホッケー	すごろく	紙皿飛ばしゲーム	綱引き
14:00~15:00	頭の体操脳トレQ	朗読を楽しむ会 (川合講師)	歌謡コンサート (大園講師)	竹ちゃんと歌おう (竹森講師)	しげしいのマジックショー (齋藤講師)	こうばこの会 (李代講師) 絵手紙 (大塚講師)
16:30~17:10	ゲートボール	春の唱歌	frisbeeシューティング	ゴルフ	懐メロを歌おう	間違い探し
時間/日にち	13日	14日	15日	16日	17日	18日
10:30~11:30	玉入れ輪投げ	ストレッチ体操	声を出してすっきり!! (戸谷講師)	的当てゲーム	春の歌の会	風船バレー
14:00~15:00	歌に合わせて体操	頭フル回転記憶力クイズ	下肢筋力UP体操	音楽で元気 (中込講師)	昔懐かし思い出クイズ	サウンドビートル (谷村講師) 詩吟 (小野講師)
16:30~17:10	しりとりクイズ	かるたトランプ	春の歌の会	フーフーパタパタ競争	的当てダーツ	皆で歌おう
時間/日にち	20日	21日	22日	23日	24日	25日
カレンダー作り週間 (18日~23日)						
10:30~11:30	タオル体操	足でポン	歌の会 (鳥井講師)	お手玉で遊ぼう (阿佐ヶ谷長寿会)	都道府県クイズ	イントロドン!
14:00~15:00	2人で協カゲーム	春の歌でイントロドン	伝達ゲーム	筋力UP体操 絵手紙 (大塚講師)	アンサンブルフェニックス	頭も身体もリフレッシュ
16:30~17:10	春の童謡	ゲートボール	漢字クイズ	懐メロを歌おう	間違い探し	frisbeeシューティング
時間/日にち	27日	28日	29日	30日	31日	
10:30~11:30	思い出クイズ	どれみちゃんコンサート (松島講師)	綱引き	積み上げ崩しゲーム	歌詞当てクイズ	
14:00~15:00	大正琴で歌おう	玉入れ輪投げ	懐メロでGO!	頭の体操脳トレQ	井草ハーモニッククラブ	
16:30~17:10	輪投げ	言葉のゲーム	ペーパードライバー	トランプ	しりとりゲーム	

ご希望者が集まり、ボランティアの方などを交え活動されています。	《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 体操 脳トレ 折り紙	火 体操 大正琴 (午前) ハーモニカ	水 体操 コーラス 麻雀	木 体操 編物 (午前) ハーモニカ	金 体操 ハーモニカ 麻雀	土 体操 書道 高藤講師 (第1週・第3週)

〈〈今月のお知らせ〉〉

暖かさに誘われて、踏の臺が顔を出してくれました。木蓮の蕾も少しずつ膨らんでいます。春は、すぐそこまで来ています。
 ◎3日は雑祭り行事です。昼食はばらちらし寿司、おやつはさくら餅になります。
 ◎カレンダー作りは、酉年にちなんだ春らしい作品です。お楽しみに。
 ◎桜前線に合わせて、お花見も計画中です。3月末になりますか、4月初めになりますか、、、お楽しみに!!



☆10日 (金)	美容カットサービス TEL.03-3394-9831 <small>(電話にて予約承ります。)</small> ☆の日 担当:小林さん/料金:¥1800- 内容:カット・簡単なブロー ◎の日 担当:金子さん/料金:¥1500- 内容:カットのみ
◎13日 (月)	
☆22日 (水)	
◎27 (月)	