



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。				時間/日にち	1日	2日	3日
10:30~11:30	輪投げ			都道府県クイズ	イントロキーワードでドン		
14:00~15:00	漢字言葉のゲーム			夏に向けて体力作り体操	演芸ボランティア 北村様初出演!		
16:30~17:10	缶けり	カラオケ	的当て野球				
時間/日にち	5日	6日	7日	8日	9日	10日	
10:30~11:30	足でポン	お琴の演奏会 (増淵講師)	キックホッケー	言葉のクイズ	歌詞当てクイズ	〇〇運びゲーム	
14:00~15:00	歌詞当てクイズ	筋力つけて代謝UP 体操 	民謡 (田中講師)	下肢筋力UP体操	頭の体操脳トレQ 	歌のリクエスト 絵手紙(大塚講師)	
16:30~17:10	ゲートボール	しりとり	射的ゲーム	季節の童謡	フリスビーシューティング	テーブルゲーム	
時間/日にち	12日	13日	14日	15日	16日	17日	
10:30~11:30	すごろく	声を出してスリッパ (戸谷さんと)	2人で協力ゲーム	皆で歌おう	サッカー	思い出クイズ	
14:00~15:00	健康体操 (鷲宮体操クラブ)	漢字言葉のゲーム	棒・タルでストレッチ体操 	円になってゲーム	リードアンサンブル ひまわり (中台講師)	リハビリ体操 (田中講師) 詩吟(小野講師)	
16:30~17:10	歌詞当てクイズ	輪投げ	カルタ	間違い探し	フーフーパタパタ 競争	皆で歌おう	
時間/日にち	19日	20日	21日	22日	23日	24日	
カレンダー作り週間(19日~24日)							
10:30~11:30	つなひき	どれみちゃん コンサート(松島講師)	すごろく	お手玉で遊ぼう (阿佐ヶ谷長寿会)	ボーリング	風船バレー	
14:00~15:00	太極拳 (伊藤講師) 	円になってゲーム	ビンゴ玉入れ	初夏の音楽会	民謡ウクレレ (榎本講師)	都道府県クイズ 	
16:30~17:10	積み上げくずし ゲーム	キャッチボール	懐メロを歌おう	卓球	ビンゴ	ペーパードライバー	
時間/日にち	26日	27日	28日	29日	30日		
10:30~11:30	モーニングオペラ (山田講師)	ストレッチ棒体操	歌の会(鳥井講師)	〇〇運びゲーム	玉入れ 輪投げ		
14:00~15:00	歌に合わせて 身体を動かそう	懐かし あの歌なんの歌	昔懐かし 思い出クイズ	ヨガ&エアロビ 	ハープ・二胡・ ギターで歌おう (松村講師)		
16:30~17:10	トランプ	フーフーパタパタ 競争	ゴルフ	漢字部首クイズ	季節の唱歌		
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〉〉

6/3(土)・・・初出演！2枚扇子、加太ネット芸、棒での踊り・・・板橋演芸ボランティアの北村様にご披露くださいます。

6/6(火)・・・初出演！着物で箏の合奏をして下さいます。ミニ箏の試奏体験も指導くださるそうです。


新プログラム → 現在、上記ゲームレク・体操等を実施しておりますが、新たなプログラムをお試し月間 → お試しいただきリフレッシュや健康増進に役に立てるよ何っていきたく思います。

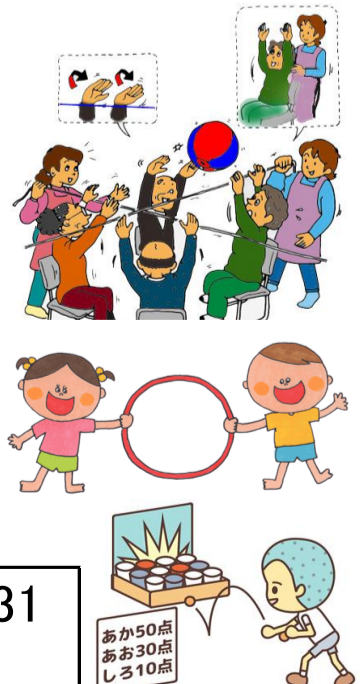
紫陽花のお花見・・・皆様で紫陽花の咲く中を散歩したいと思います。

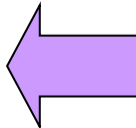
選べるおやつ・・・6/12(月)6/20(火)は以前リクエストされたさっぱりデザート3種から選んでいただけます。

6/3(土)・・・20周年開所記念行事として昼食は松花堂弁当となります。(別途料金がかかります)

7月のカレンダー・・・夏の始まりにふさわしい、絵柄となっております。お楽しみに!!!

*  はコーヒーの日です。



6/13 (火)	 美容カットサービス TEL.03-3394-9831 担当:小林さん/料金:¥1800- 内容:カット・簡単なブロー
6/27 (火)	

あか50点
あお30点
しろ10点