

平成31年 デイサービスくにうみ2月予定表

体力をつける

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
<p>寒い日が続きますがいかがお過ごしでしょうか。 今年の節分は日曜日。家族そろって「鬼は外、福は内」と豆をまき、自分の歳の数だけ残ったお豆を食べることで厄払いをするという行事です。昔は季節の分かれ目ごとに節分があったのですが、最近では立春の前日だけになってしまいました。デイサービスくにうみでは、少し早めの節分会で皆様の健康と沢山の福を招きました。</p>				1 節分会
4 ラジオ体操 タオル体操 脳トレーニング ストレッチ 創作活動 カレンダー作り (3月) うめぼし体操	5 すこやか体操 脳トレーニング 準備運動 風船バレーボール大会 パステルアート	6 すこやか体操 転倒予防運動 歌える体操 脳トレーニング 創作活動 カレンダー作り (3月) うめぼし体操	7 歌える体操 ボール体操 すこやか体操 フォークダンス パステルアート	8 ラジオ体操 脳トレーニング 準備運動 風船バレーボール大会 創作活動 カレンダー作り (3月) うめぼし体操
11 準備運動 タオル体操 ボール体操 チューブトレーニング パステルアート	12 すこやか体操 リハビリ体操 かみかみ百歳体操 脳トレーニング テイルーム 創作活動 (3月) うめぼし体操	13 ラジオ体操 すこやか体操 早口言葉 ボーリング大会 テイルーム 創作活動 (3月) うめぼし体操	14 日常生活に良い体操 タオル体操 鳴子体操 脳トレーニング バレンタイン イベント	15 リハビリ体操 日常生活に良い体操 かみかみ百歳体操 脳トレーニング テイルーム 創作活動 (3月) うめぼし体操
18 体力測定週間 体重測定週間	19 手作り昼食 お楽しみ	20 音楽療法 テイルーム 15:15~16:00	21 発声練習 脳トレーニング すこやか体操 かみかみ百歳体操 パステルアート	22 ラジオ体操 脳トレーニング 早口言葉 リズム体操 創作活動 壁画作り (3月) フォークダンス
25 すこやか体操 転倒予防運動 タオル体操 脳トレーニング 創作活動 壁画作り (3月) うめぼし体操	26 脳トレーニング チューブトレーニング 歌える体操 早口言葉 パステルアート	27 手作りおやつ お楽しみ	28 タオル体操 すこやか体操 鳴子体操 脳トレーニング パステルアート	

お気軽にお問い合わせください
 デイサービス くにうみ

連絡先 TEL0799-22-3344 FAX0799-22-1188 担当 小谷