

# ～プログラム～

一般型通所介護

令和7年【5月】

八王子市高齢者在宅サービスセンター石川

		日	月	火	水	木	金	土	
第一週	日付						1日	2日	3日
	午前						軽トレーニング・頭の体操	軽トレーニング・頭の体操	軽トレーニング・頭の体操
	午後						茶摘みゲーム 塗り絵等	魚釣りゲーム 避難訓練 塗り絵等	音楽レク 塗り絵等
第二週	日付	4日	5日	6日	7日	8日	9日	10日	
	午前	定休日	軽トレーニング・頭の体操	軽トレーニング・頭の体操	軽トレーニング・頭の体操	軽トレーニング・頭の体操	軽トレーニング・頭の体操	軽トレーニング・頭の体操	
	午後		ボウリング大会 塗り絵等	セラバンド体操・ネイルサロン ハンドアロマ 塗り絵等	もぐらたたきゲーム 塗り絵等	脳トレクイズ 昔の映画編 塗り絵等	 お誕生会 体操の時間 塗り絵等	体操の時間 塗り絵等	
日付	11日		12日	13日	14日	15日	16日	17日	
第三週	午前	定休日	軽トレーニング・頭の体操	軽トレーニング・頭の体操	軽トレーニング・頭の体操	軽トレーニング・頭の体操	軽トレーニング・頭の体操	軽トレーニング・頭の体操	
	午後		 MOTHER'S DAY 母の日 インコの工作	インコの工作	体操の時間 塗り絵等	音楽レク 塗り絵等	脳トレクイズ 昔の歌手編 活け花教室 塗り絵等	野球ゲーム 塗り絵等	
	日付		18日	19日	20日	21日	22日	23日	24日
第四週	午前	定休日	軽トレーニング・頭の体操	軽トレーニング・頭の体操	軽トレーニング・頭の体操	軽トレーニング・頭の体操	軽トレーニング・頭の体操	軽トレーニング・頭の体操	
	午後		体操の時間・ネイルサロン ハンドアロマ 塗り絵等	もぐらたたきゲーム 塗り絵等	カエルの工作 塗り絵等	カエルの工作 塗り絵等	体操の時間 塗り絵等	脳トレクイズ 昔の歌手編 塗り絵等	
	日付		25日	26日	27日	28日	29日	30日	31日
第五週	午前	定休日	軽トレーニング・頭の体操	軽トレーニング・頭の体操・防犯指導	軽トレーニング・頭の体操	軽トレーニング・頭の体操	軽トレーニング・頭の体操	軽トレーニング・頭の体操	
	午後		カレンダー作り(全体) 6月の塗り絵 塗り絵等	カレンダー作り(全体) 6月の塗り絵 塗り絵等	カレンダー作り 脳トレクイズ 都道府県クイズ 塗り絵等	カレンダー作り 体操の時間 塗り絵等	ポピーの工作 塗り絵等	ポピーの工作 塗り絵等	



— 今月の予定 —

- ☆2日は避難訓練を予定しております。
- ☆9日は誕生会、12日・13日は母の日会を行います。
- ☆27日は防犯指導を予定しております。
- ★職員によるネイルサロンは6日と19日を予定しています。
- ★AM軽トレーニング・脳トレ・嚥下体操、PMテレビ体操毎日行います。
- ★午前・午後とも健康チェック手洗い、消毒の時間があります。

— 今月の講師活動 —

- ☆ハンドアロマ 白澤先生
- ☆フラワーアレンジメント 前島先生

※随時、看護師による健康相談を行います。  
※都合によりプログラム内容を変更する場合があります。

