# 3月 デイサービスおあしす アクティビティ

フラワーサークル
音楽健康プログラム

| | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1A<br>1B<br>2 | | | | | | 1<br>百人一首<br>射的ゲーム<br>フラダンス | 2<br>金魚すくい<br>回想法<br>音楽健康プログラム♪ |
| 1A<br>1B<br>2 | 3 | 4<br>水彩画<br>お手玉でシュート<br>健康！ストレッチ体操 | 5<br>タコ釣りゲーム<br>書道教室<br>ﾀﾞﾝﾍﾞﾙ体操＆コグニサイズ | 6<br>折り紙教室<br>積み上げゲーム<br>指体操＆音楽クイズ | 7<br>とんとん相撲<br>ドッグセラピー（予定）<br>ダンベル体操（1F）<br>ﾘﾗｸｾﾞｰｼｮﾝｾｯｼｮﾝ（2F） | 8<br>手芸サークル（1F）<br>折り紙教室（2F）<br>棒倒しゲーム<br>タオル体操＆コグニサイズ | 9<br>輪投げ大会<br>カルタ<br>ヨガ体操＆〇×クイズ |
| 1A<br>1B<br>2 | 10 | 11<br>風船バレー<br>おあしすすごろく<br>セラバンド体操（1F）<br>フラダンス（2F） | 12<br>トランプ<br>的あてゲーム<br>棒体操＆コグニサイズ | 13<br>パターゴルフ<br>郷土カルタ<br>リズム体操＆ことわざクイズ | 14<br>すごろく（1F）<br>手芸サークル（2F）<br>もじもじゲーム<br>健康体操＆コグニサイズ | 15<br>ボーリングゲーム<br>絵手紙サークル<br>ストレッチ体操＆歴史クイズ | 16<br>水彩画<br>魚釣りゲーム<br>ﾀﾞﾝﾍﾞﾙ体操＆コグニサイズ |
| 1A<br>1B<br>2 | 17 | 18<br>書道教室<br>射的ゲーム<br>健康体操＆なぞなぞクイズ | 19<br>金魚すくい<br>絵手紙サークル<br>指体操＆コグニサイズ | 20<br>わくわくルーレット<br>お手玉でシュート<br>音楽健康プログラム♪ | 21<br>タコ釣りゲーム<br>折り紙教室（1F）<br>セラバンド体操（1F）<br>音楽セッション（2F） | 22<br>百人一首<br>積み上げゲーム<br>ﾀﾞﾝﾍﾞﾙ体操＆コグニサイズ | 23<br>とんとん相撲<br>すごろく<br>タオル体操＆面白クイズ |
| 1A<br>1B<br>2 | 24 | 25<br>棒倒しゲーム<br>手芸サークル（1F）<br>棒体操＆コグニサイズ | 26<br>回想法<br>輪投げ大会<br>音楽健康プログラム♪ | 27<br>的あてゲーム<br>水彩画<br>ヨガ体操＆漢字クイズ | 28<br>トランプ<br>風船バレー<br>「たんぽぽ」コンサート♫ | 29<br>パターゴルフ<br>書道教室<br>健康体操＆コグニサイズ | 30<br>シアター<br>ボーリングゲーム<br>フラダンス |

1A・1B…13:00～14:30
2…15:30～16:30
A・Bでお好きなレクをお選びいただけます。

歩こうクラブにて公共施設・公園等への外出を毎月実施します。（実施日程未定）
カラオケは随時、園芸クラブ・麻雀は不定期での実施です。

写真：2月制作のお持ち帰り作品☆彡