

デイサービス予定表

2024年3月

追加利用はご相談ください

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
25 休日	26	27	28	29	1 身体機能向上レク デュアルタスク 認知機能向上レク 壁面創作 体力測定	2 身体機能向上レク デュアルタスク 認知機能向上レク 壁面創作 体力測定
3 休日	4 身体機能向上レク 体操Week① 認知機能向上レク 壁面創作 体力測定	5 身体機能向上レク 体操Week① 認知機能向上レク 壁面創作 体力測定	6 身体機能向上レク 体操Week① 認知機能向上レク 壁面創作 体力測定	7 身体機能向上レク 体操Week① 認知機能向上レク 壁面創作 体力測定	8 身体機能向上レク 体操Week① 認知機能向上レク 壁面創作	9 身体機能向上レク 体操Week① 認知機能向上レク 壁面創作
10 休日	11 身体機能向上レク ストラックアウト 認知機能向上レク 略語とマンホールクイズ	12 身体機能向上レク ストラックアウト 認知機能向上レク 略語とマンホールクイズ	13 身体機能向上レク ストラックアウト 認知機能向上レク 略語とマンホールクイズ	14 身体機能向上レク ストラックアウト 認知機能向上レク 略語とマンホールクイズ	15 身体機能向上レク ストラックアウト 認知機能向上レク 略語とマンホールクイズ	16 身体機能向上レク ストラックアウト 認知機能向上レク 略語とマンホールクイズ
17 休日	18 身体機能向上レク 体操Week② デュアルタスク	19 身体機能向上レク 体操Week② デュアルタスク	20 身体機能向上レク 体操Week② デュアルタスク	21 身体機能向上レク 体操Week② デュアルタスク	22 身体機能向上レク 体操Week② デュアルタスク	23 身体機能向上レク 体操Week② デュアルタスク
24 休日	25 身体機能向上レク 輪投げ	26 身体機能向上レク 輪投げ	27 身体機能向上レク 輪投げ	28 身体機能向上レク 輪投げ	29 身体機能向上レク 輪投げ	30 身体機能向上レク 輪投げ
31 休日	1	×E				

1週間ごとに身体を使って行う運動系レクと頭を使って行う脳トレ系レクを交互に実施します。

その他、個別（グループ）で行う活動もさまざま企画しています。一部ご紹介します。

岩手県マンホールクイズ・
略語クイズ

市町村のマンホールの絵が特徴的になり、マンホールを探す旅行がブームになっています。また、私たちの使う日本語も世代によって変化をし続けています。図柄や現代語のクイズから、現在と過去の文化を旅してみませんか。

デュアルタスク

頭で考えたり手足を動かしたりといった動作を複数取り入れて、いつまでも、元気で過ごせるように、体を動かしてみましょう。いつの間にか、気分までリフレッシュするかもしれません。お試しあれ。

ストラックアウト

メジャーリーグやプロ野球では、開幕戦も始まります。そこで、デイサービスでも開幕戦ならぬ投手戦を開催します。ボールを投げて、高得点を獲得しましょう。大谷翔平に負けない投手が現れるかもしれません。乞うご期待！

デイサービス空き状況のお知らせ

日曜日以外、土曜日・祝祭日ともに営業しています。

日	月	火	水	木	金	土
休日	△	○	○	○	○	○

※送迎地区によってはご希望に添いかわる場合がございます。提供時間（9：15～16：30）の調整等賜ります。ご相談ください。

※○=空きあり △=空きわずか ×=定員満員

随時、申込み・見学・体験利用等お気軽にご相談ください。