

# 7月のカレンダー

令和2年 土谷デイサービスセンター大町



| 日曜日 | 月曜日   | 火曜日   | 水曜日   | 木曜日   | 金曜日   | 土曜日   |
|-----|---|---|---|---|---|---|
|     |   |   | 1<br>ボール体操<br>ぼけない体操<br>魚釣り<br>ゲーム<br>【上肢の運動】<br>(マッサージ)        | 2<br>セラバンド体操<br>転ばない体操<br>魚釣り<br>ゲーム<br>【上肢の運動】<br>(マッサージ)    | 3<br>重鎮バンド運動<br>転ばない体操<br>天の川<br>ゲーム<br>【上肢の運動】<br>(マッサージ)  | 4<br>セラバンド体操<br>ぼけない体操<br>折り紙作成<br>【お星さま】<br>(マッサージ)        |
| 5   | 6<br>重鎮バンド運動<br>転ばない体操<br>魚釣り<br>ゲーム<br>【上肢の運動】<br>(マッサージ)  | 7<br>セラバンド体操<br>転ばない体操<br>七夕<br>クイズ<br>【脳の活性化】          | 8<br>棒体操<br>ぼけない体操<br>魚釣り<br>ゲーム<br>【上肢の運動】<br>(マッサージ)          | 9<br>ストレッチ体操<br>転ばない体操<br>ビンゴ<br>おじゃみ投げ<br>【上下肢運動】<br>(マッサージ) | 10<br>セラバンド体操<br>ぼけない体操<br>魚釣り<br>ゲーム<br>【上肢の運動】<br>(マッサージ) | 11<br>ボール体操<br>転ばない体操<br>天の川<br>ゲーム<br>【上肢の運動】<br>(マッサージ)   |
| 12  | 13<br>ストレッチ体操<br>転ばない体操<br>魚釣り<br>ゲーム<br>【上肢の運動】<br>(マッサージ) | 14<br>棒体操<br>ぼけない体操<br>天の川<br>ゲーム<br>【上肢の運動】<br>(マッサージ) | 15<br>重鎮バンド運動<br>転ばない体操<br>空き缶・射的<br>ゲーム<br>【上肢・集中力】<br>(マッサージ) | 16<br>ボール体操<br>ぼけない体操<br>魚釣り<br>ゲーム<br>【上肢の運動】<br>(マッサージ)     | 17<br>ボール体操<br>転ばない体操<br>天の川<br>ゲーム<br>【上肢の運動】<br>(マッサージ)   | 18<br>棒体操<br>ぼけない体操<br>天の川<br>ゲーム<br>【上肢の運動】<br>(マッサージ)     |
| 19  | 20<br>ボール体操<br>ぼけない体操<br>制作レク<br>(マッサージ)                    | 21<br>重鎮バンド運動<br>転ばない体操<br>自由レク<br>(マッサージ)              | 22<br>セラバンド体操<br>転ばない体操<br>制作レク<br>(マッサージ)                      | 23<br>棒体操<br>転ばない体操<br>七夕<br>クイズ<br>【脳の活性化】<br>(マッサージ)        | 24<br>棒体操<br>転ばない体操<br>天の川<br>ゲーム<br>【上肢の運動】<br>(マッサージ)     | 25<br>重鎮バンド運動<br>転ばない体操<br>天の川<br>ゲーム<br>【上肢の運動】<br>(マッサージ) |
| 26  | 27<br>セラバンド体操<br>転ばない体操<br>七夕<br>クイズ<br>【脳の活性化】<br>(マッサージ)  | 28<br>ボール体操<br>ぼけない体操<br>制作レク<br>(マッサージ)                | 29<br>ストレッチ体操<br>転ばない体操<br>ビンゴ<br>おじゃみ投げ<br>【上下肢運動】<br>(マッサージ)  | 30<br>セラバンド体操<br>ぼけない体操<br>制作レク<br>(マッサージ)                    | 31<br>重鎮バンド運動<br>転ばない体操<br>天の川<br>ゲーム<br>【上肢の運動】<br>(マッサージ) |   |

## お誕生日おめでとうございます

- ※●●様 : デイサービスで、ますます笑顔が増えるよう。皆さんと一緒に楽しい時間を 過ごしていきましょう！
- ※●●様 : いつも穏やかに話をして下さる●さん。これからも楽しく過ごしていきましょう！
- ※●●様 : ニコニコと笑顔♡が素敵な●さん！これからも笑顔で皆さんと 楽しく過ごしていきましょう！
- ※●●様 : 故郷のお話をすると涙ぐまれる事がよくありますね。また、同郷の方とはお話が盛り上がり楽しそうです。●さんの笑顔が増えるとうれしいです。
- ※●●様 : 優しくお話して下さる●さん。また、一緒に楽しい時間を過ごせると嬉しいです。

★もうしばらく外部のボランティアは、休止となります。ごめんなさい。  
★今月も、職員と一緒に元気に！ 楽しく！ 笑顔いっぱいでお過ごししましょう。

● 毎日のレクリエーションの内容が、都合上変更になる事がありますのでご了承ください。

◎ 少し早いですが・・・  
8月は 15日(土)・16日(日)の2日間、土谷デイサービスセンター大町はお休みとなります。  
15日(土)ご利用予定の方は、他の日への振替利用をご利用ください！  
よろしく願い致します。

### 【 体力測定 】

皆さんはデイサービスに來られて、道具を使ったり、自分の体を使って、いつまでも元気に過ごす為に頑張って機能訓練をされています。その頑張りをそれぞれ、体力測定で測らせて頂きます。

**3か月に1回測定します。**

**毎月、20日以降に声掛けさせて頂きます。**

ご協力くださいね！



# 6月の皆さん



「人形作りの先生！」を紹介します。●さんです。  
 専用の和紙で素敵な作品をたくさん作って下さり、皆さんからも大絶賛です。  
 本当に今にも動き出しそうなリアルな人形、細かい所や、小物も全て手作りで。  
 大町デイ・ギャラリーでお楽しみください！



作品が完成して…。皆さんの笑顔が素晴らしいですね！



毎日、蒸し暑い日が続きます。  
 重ねてコロナウイルス感染予防対策でマスクをされていますね。  
 マスクをすると、喉の渇きが無いように錯覚します。体は水分を欲しています。  
 水分・栄養・運動・睡眠をとりながら元気に夏を乗り切りましょう！



「あさがお」作ったつもりが…  
 「ぶどう」になってる…。綺麗だからいいですね ♡



## 《 新型コロナウイルス対策のお願い 》

緊急事態宣言全面解除となりましたが、ウイルスが無くなったわけではありません。  
 デイサービスでは今後も、感染予防の手洗い・換気・消毒と、朝の体温チェックを続けてまいります。また、暑くなりますので、水分補給も忘れずに体調管理に気をつけて元気に笑顔で過ごしましょうね！