令和2年　土谷デイサービスセンター大町

9月のカレンダー

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
		1 セラバンド体操 転ばない体操 輪投げゲーム 【上肢の運動】 （マッサージ）	2 ストレッチ体操 転ばない体操 小さい秋見つけたゲーム 【上肢の運動】 （マッサージ）	3 棒体操 ぼけない体操 缶けりゲーム 【上肢の運動】 （マッサージ）	4 重鎮バンド運動 転ばない体操 制作レク 【秋の作品・文化祭に向けて】 （マッサージ）	5 ボール体操 ぼけない体操 輪投げゲーム 【上肢の運動】 （マッサージ）
6	7 棒体操 転ばない体操 輪投げゲーム 【上肢の運動】 （マッサージ）	8 重鎮バンド運動 ぼけない体操 制作レク 【秋の作品・文化祭に向けて】 （マッサージ）	9 ボール体操 転ばない体操 カウボーイゲーム 【上肢の運動】 （マッサージ）	10 重鎮バンド運動 転ばない体操 輪投げゲーム 【上肢の運動】 （マッサージ）	11 棒体操 転ばない体操 小さい秋見つけたゲーム 【上肢の運動】 （マッサージ）	12 セラバンド体操 転ばない体操 缶けりゲーム 【上肢の運動】 （マッサージ）
13	14 長寿を祝う会 （マッサージ）	15 （マッサージ）	16 セラバンド体操 転ばない体操 缶けりゲーム 【上肢の運動】 （マッサージ）	17 ボール体操 転ばない体操 制作レク 【秋の作品・文化祭に向けて】 （マッサージ）	18 ストレッチ体操 ぼけない体操 輪投げゲーム 【上肢の運動】 （マッサージ）	19 重鎮バンド運動 転ばない体操 カウボーイゲーム 【上肢の運動】 （マッサージ）
20	21 ストレッチ体操 転ばない体操 缶けりゲーム 【上肢の運動】 （マッサージ）	22 ボール体操 転ばない体操 輪投げゲーム 【上肢の運動】	23 重鎮バンド運動 ぼけない体操 輪投げゲーム 【上肢の運動】 （マッサージ）	24 棒体操 転ばない体操 小さい秋見つけたゲーム 【上肢の運動】 （マッサージ）	25 重鎮バンド運動 転ばない体操 缶けりゲーム 【上肢の運動】 （マッサージ）	26 セラバンド体操 転ばない体操 カウボーイゲーム 【上肢の運動】 （マッサージ）
27	28 棒体操 ぼけない体操 制作レク 【秋の作品・文化祭に向けて】 （マッサージ）	29 重鎮バンド運動 転ばない体操 缶けりゲーム 【上肢の運動】 （マッサージ）	30 セラバンド体操 転ばない体操 制作レク 【秋の作品・文化祭に向けて】 （マッサージ）			

おしらせ

※9月14日（月）・15日（火）の2日間、「長寿を祝う会」を開催します。
今年は、コロナ禍の中で、今までのような密な催しは中止させて頂いておりますので
いつもと少し違う会になるかと思いますが、皆様が安心して、そして楽しんでいただけるように
職員一同、頑張ります。是非、楽しみにして下さいね！
※毎日のレクリエーションは、皆様が飽きないように、楽しんで参加して頂けるために、
カレンダーとは内容が異なる場合がありますので、ご了承ください。

お誕生日おめでとうございます

※●●様：塗り絵を、とても優しい色使いで上手に塗られますね。
いつも完成を楽しみにしています。おしゃべりも優しく
して下さいます。これからも沢山おしゃべりして、皆さんと
楽しく過ごして下さいね！

※●●様：いつも、穏やかな声で優しくお話して下さいます。
これからも楽しい時間を過ごしていきましょう！

※●●様　：熱心に、ナンプレや塗り絵に取り組まれます。いつも色んな情報を
教えて下さいます。これからも増々意欲的に、でも無理はされずに
楽しく過ごして下さいね！

※●●様　：読書家の●さんですが、一緒のおしゃべりもして下さいね。
たくさんの笑顔を見せて下さいますよう、元気に過ごして
いきましょう！

※●●様　：カラオケがお上手で、いつもその場を盛り上げて下さり
ありがとうございます。また、リハビリにも前向きに
取り組まれている姿が、素敵です。これからもお元気で
たくさんの歌を聴かせて下さいね！

【　体力測定　】

皆さんはデイサービスに来られて、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！

皆さんの笑顔

ハッピーバースデイ♫♪
笑顔が眩しい～!!

脳トレーニングに取り組んでます。

海には行けないけど‥‥。
スイカ割ゲームで夏気分♪♫

ソーシャルディスタンスをしっかり
守って皆さん体操頑張ってま～す♡

パワーリハビリ･マシン運動で、筋力の維持･向上を目指します！