

## 8 月のプログラム

|    | 月             | 火          | 水              | 木              | 金                  |
|----|---------------|------------|----------------|----------------|--------------------|
| 日  |               |            |                |                | 1                  |
| 午前 |               |            |                |                | 散歩・体操              |
| 午後 |               |            |                |                | おはなしのとびら           |
| 日  | 4             | 5          | 6              | 7              | 8                  |
| 午前 | 散歩・体操         | 散歩・体操・町内散策 | 散歩・体操          | 体操<br>PT(理学療法) | 散歩・体操              |
| 午後 | 作業            | リラックスタイム   | 創作<br>(9月の作品)  | DVD鑑賞          | 音楽プログラム            |
| 日  | 11            | 12         | 13             | 14             | 15                 |
| 午前 | 散歩・体操         | 散歩・体操・町内散策 | ← 閉 所 →        |                |                    |
| 午後 | 創作<br>(9月の作品) | 活動スペース掃除   |                |                |                    |
| 日  | 18            | 19         | 20             | 21             | 22                 |
| 午前 | 散歩・体操         | 散歩・体操・町内散策 | 散歩・体操          | 体操<br>PT(理学療法) | 散歩・体操<br>コスモス種まき   |
| 午後 | 作業            | リラックスタイム   | お誕生日会<br>お菓子作り | DVD鑑賞          | 音楽プログラム            |
| 日  | 25            | 26         | 27             | 28             | 29                 |
| 午前 | 散歩・体操         | 散歩・体操      | 散歩・体操          | 散歩・体操          | 散歩・体操              |
| 午後 | 利用者全体会        | リラックスタイム   | 創作<br>(9月の作品)  | 作業             | スポーツ<br>(ペットボトル倒し) |

## プログラム紹介

## ～作業～

水道メーターについているプラスチックの小さなキャップの数を数えています。しきりのある入れ物を利用して、並べていただいています。みなさん、真剣に行っていますよ。



## ～リラックスタイム～

畳の上とマットを利用して、横になります。部屋を暗くして、ジブリのオルゴール曲をかけていますよ。目を開けて横になっている方からぐっすりと夢の中にいる方から。みなさんのペースでリラックスしていただいています。



## ～7月の作品～

これから夏の太陽を浴びて咲き誇った“ひまわり”を作成しました。元気なひまわりを見ると、夏を乗り越えられそうですね！



## ～カラオケ～

みなさんが大好きなカラオケプログラムです♪ 最近は月二回行っています！7月で歌われた歌はサザンオールスターズの“TSUNAMI”、加山雄三の“君といつまでも”、西城秀樹の“ヤングマン”、尾崎豊の“I LOVE YOU”、松田聖子の“赤いスイートピー”、AKBの“フライングゲット”など。アニメも人気で定番は”となりのトトロ”、“おどるポンポコリン”、“崖の上のポニョ”です。

みなさん、ご自身で選ばれていますよ(^\_^)



## ～お誕生日会 & お菓子作り～

7月の誕生日の方のお祝いをしました。みなさんから「おめでとう！」と大きな声援を受けてました。少し恥ずかしそうでしたが、うれしそうでしたね(\*\_\*)

お菓子作りはパフェを作りました♡みなさん、トッピングが上手にできますね。かわいく、おいしそうなパフェに大満足！あっという間に完食しました(\*^^\*)



## 一日の流れ

【朝の会】10:00～

・出欠点呼→体調チェック→プログラム説明→ 一日の予定確認

【散歩】10:20～

・屋外ウォーキング：近隣のあぜ道を往復 20～30 分程かけて散歩します。(天候を見て実施します。)

【体操】10:30～

・ボール握り…やわらかいゴムボールを握り、握力の維持をはかります。(右左各10回×2)

・旗揚げ…青と赤の旗を左右の手に1本ずつ持ち、「ウルトラソウル」の曲に合わせ、職員の声掛けで、旗を上げ下げし、楽しく運動を行います。

・ごぼう体操…椅子に座ったまま、上、下半身の運動を行います。約20分のDVDを2本行います。

【自立課題：机に向かって行う活動】11:00～

・タブレット（順番で全員）、ビーズ、絵の仕分け、ストロー差し、色分けなど。

【DVD】11:30～

・DVDを見ながら各自休憩, お茶, トイレの時間として過ごします。

【昼食】12:00～

【午後のプログラム】14:00～

【自立課題】14:40～

・キャップ（色分け）、洗濯ばさみ（洗濯ばさみと同じ色のシールが貼ってある紙をはさみます）、ビーズなど個人に合わせた課題を毎日行っています。

【帰りの会・掃除】15:15～