

曜日	月	火	水	木	金	土
時間/日にち	1日	2日	3日	4日	5日	6日
10:30~11:30	紙血飛ばしゲーム	サッカー	すごろく	歌詞当てクイズ	玉入れ・輪投げ	並べ替え記憶力ゲーム
14:00~15:00	懐かし!あの歌何の歌?	昔懐かし思い出クイズ	夏の歌の会	ハープ・二胡・ギターで歌おう(松村講師)	民謡(榎本講師)	リハビリ体操(田中講師)
16:30~17:10	卓球	ペーパードライバー	ブロック崩しゲーム	ふれあい体操	カルタ・トランプ	皆で歌おう
時間/日にち	8日	9日	10日	11日 山の日	12日	13日
10:30~11:30	都道府県クイズ	言葉のゲーム	〇〇運びゲーム	風船バレー	水中コイン落とし	イントロキーワードでドン!
14:00~15:00	盆踊りエクササイズ	尺八で歌おう(大串講師)	盆踊りエクササイズ	青春歌謡パラエティー(大園講師)	竹ちゃんと歌おう(竹森講師)	脳トレ!漢字クイズ 絵手紙(大塚講師)
16:30~17:10	射的ダーツゲーム	歌詞当てクイズ	的当て野球	しりとりクイズ	ふれあい体操	フーフーパタパタ競争
時間/日にち	15日	16日	17日	18日	19日	20日
10:30~11:30	棒体操	どれみちゃんコンサート(松島講師)	玉入れ・輪投げ	言葉のゲーム	皆で歌おう	足でボン
14:00~15:00	脳をフル回転記憶力クイズ 書道(高野講師)	脳に刺激を!歌って体操	昔懐かし思い出クイズ	音楽で元気(中込講師)	下肢筋力アップ体操	盆踊りエクササイズ 詩吟(小野講師)
16:30~17:10	カラオケ	ビンゴゲーム	ペーパードライバー	投扇興ゲーム	フリスビーシューティング	ゴルフゲートボール
時間/日にち	22日	23日	24日	25日	26日	27日
カレンダー作り週間(22日~27日)						
10:30~11:30	夏の歌の会	碁石ゲーム	歌の会(鳥井講師)	お手玉で遊ぼう(阿佐ヶ谷長寿会)	すごろく	ストレッチ体操
14:00~15:00	夏バテ防止歌って体操	蓄音機コンサート(村松講師)	ハーモニカで歌おう(平塚講師)	頭の体操脳トレQ 絵手紙(大塚講師)	盆踊りエクササイズ	三味線で歌おう(田中講師)
16:30~17:10	ブロック崩しゲーム	ゴルフゲートボール	しりとりクイズ	皆で歌おう	夏の童謡	カルタ・トランプ
時間/日にち	29日	30日	31日	生活機能訓練について		
10:30~11:30	足でボン	棒体操	都道府県クイズ	日常生活を安全でより快適に過ごせるように、集団体操を充実します。ご希望の方には機能訓練指導員による個別の生活機能訓練を実施しています。また福祉用具の使い方や、運動方法等のご相談をお待ちしております。理学療法士、作業療法士、看護師が個別の生活支援を行ないます。		
14:00~15:00	ほしこさんと歌いましょう(中瀬講師)	盆踊りエクササイズ	歌にあわせて身体を動かそう			
16:30~17:10	しりとりクイズ	フーフーパタパタ競争	カラオケ			

ご希望者が集まり、ボランティアの方などを交え活動されています。	《選択プログラム》 ※プログラムによっては開始時間が異なります。					
	月 体操 脳トレ 麻雀	火 体操 大正琴(午前) ハーモニカ	水 体操 コーラス 麻雀	木 体操 編物(午前) ハーモニカ	金 体操 ハーモニカ 麻雀	土 体操 書道 高藤講師(第1週・第3週)

《今月のお知らせ》

- ◎カレンダー作り・・・9月のカレンダーは、皆様からご要望が多かったあの花がテーマです。
- ◎詩吟(小野講師)・・・講師のご都合が付き、ふれあいで休止となっていた「詩吟の会」が再開します。以前と同じ毎月1回土曜日の予定です。講師の先生との再会も楽しみです。
- ◎お茶の会・・・山本講師による月曜日の「お茶の会」はしばらくの間休止となりました。
- ◎夏のレクリエーション・・・盆踊りエクササイズの時間に「盆踊り体操、太鼓の練習」を企画しております。



8/8 (月)	←	美容カットサービス TEL.03-3394-9831 (電話にて予約承ります。)
8/23 (火)		
担当:小林さん/料金:¥1800- 内容:カット・簡単なブロー		

毎月、デイの様子をブログで掲載しています。是非ご覧になってください。HPアドレス: [サンフレンズ](#)