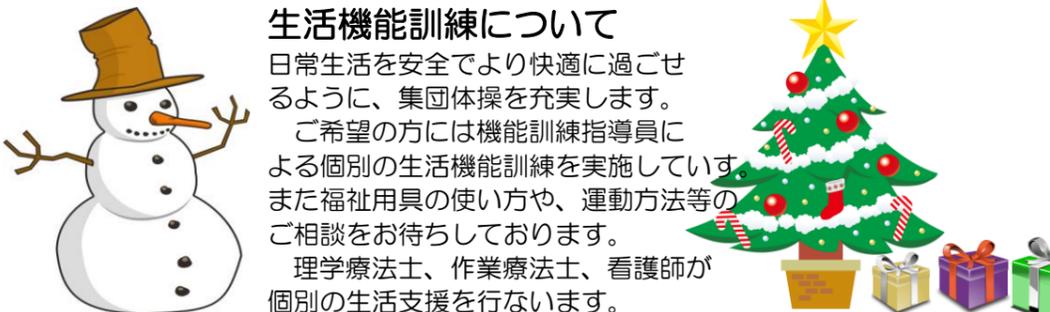


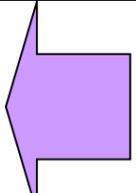
曜日	月	火	水	木	金	土
時間/日にち	 <p>生活機能訓練について 日常生活を安全でより快適に過ごせるように、集団体操を充実します。 ご希望の方には機能訓練指導員による個別の生活機能訓練を実施しています。また福祉用具の使い方や、運動方法等のご相談をお待ちしております。 理学療法士、作業療法士、看護師が個別の生活支援を行ないます。</p>				1日	2日
10:30~11:30					風船バレー	ボウリング
14:00~15:00					頭も身体もリフレッシュ	のびのびダンスセラピー (野尻講師)
16:30~17:10					脳トレクイズ	卓球
時間/日にち	4日	5日	6日	7日	8日	9日
10:30~11:30	童謡を歌おう	綱引き	2人で協力ゲーム	ストレッチ体操	冬の歌	記憶力クイズ
14:00~15:00	太極拳 (伊藤講師)	皆で歌おう	蓄音器コンサート (村松講師)	リードアンサンブル	サッカー	イントロドン 絵手紙 (大塚講師)
16:30~17:10	漢字クイズ	しりとり	トランプ	漢字部首クイズ	ゴルフ	的当て・ダーツ
時間/日にち	11日	12日	13日	14日	15日	16日
10:30~11:30	円になってゲーム	棒体操・タオル体操	歌詞当てクイズ	キックホッケー	都道府県クイズ	すごろく
14:00~15:00	尺八で歌おう (大串講師)	演奏と歌の会 (有賀講師)	歌に合わせて身体を動かそう	ハープ二胡ギターで歌おう (松村講師)	民謡 (榎本講師)	坂の上コーラス
16:30~17:10	ビンゴ	季節の唱歌	積み上げ崩しゲーム	キャッチボール	皆で歌おう	フーフーパタパタ競争
時間/日にち	18日	19日	20日	21日	22日	23日 天皇誕生日
🎉 カレンダー作り週間 (18日~23日) 🎉						
10:30~11:30	 <p>🎄 クリスマス忘年会 🎄</p>			モーニングオペラ 冬のショー	リフレッシュ 全身体操	言葉のゲーム
14:00~15:00				アンサンブル 桃花	皆で協力ゲーム	歌のリクエスト
16:30~17:10				フリスビー シューティング	クロスワード	輪投げ
時間/日にち	25日	26日	27日	28日	29日	30日
10:30~11:30	連想クイズ	戸谷さんと声を出してスッキリ!	歌の会 (鳥井講師)	お手玉で遊ぼう (阿佐ヶ谷長寿会)	紅白歌合戦	
14:00~15:00	クリスマスソングを歌おう	〇〇運びゲーム	思い出クイズ	ビンゴ玉入れ	2017年 振り返りクイズ	
16:30~17:10	缶けり	ペーパードライバー	野球	ゲートボール	カルタ	

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 折り紙	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〉〉

- ◎12/7はおやつの時間にお抹茶を振舞います!
- ◎12/16の『詩吟』はお休みです。
- ◎12/18~12/20の3日間はクリスマス忘年会です。皆さんお楽しみに!
- ◎風邪をひかないよう手洗い・うがいを行い、予防に努めましょう。
- ◎年末年始のお休み・・・上井草ふれあいの家は12/30~1/3までお休みとさせていただきます。



☆12月 7日(木)	 <p>美容カットサービス TEL.03-3394-9831 (電話にて予約承ります) ☆の日 担当:小林さん/料金:¥1800- 内容:カット・簡単なブロー ◎の日 担当:金子さん/料金:¥1500- 内容:カットのみ</p>
☆12月26日(火)	