

令和6年11月の予定 あおぞらライフデイサービス(介護・介護予防・認知症対応)

口周りの筋肉や舌を動かすことで食べる、話す、表情をつくるなどの口腔機能の低下を防ぎます。体の筋肉と同口の中や口周りのマッサージ、飲み込む力を鍛えるトレーニングやリハビリなどがあります。口の筋肉も鍛えなければ衰えてしまいますので、継続的に行うことが大切です。

	日	月	火	水	木	金	土
	★ショートステイからのお知らせ★					1	2
午前	今年も残すところあと2ヵ月となりました。秋の気候になり、だんだんと寒くなっていきます。こたつを出したりエアコンを掃除したり、冬支度をしていきましょう。朝夕の寒暖差が大きいので、風邪を引かないように気を付けていきたいですね！					脳活性プログラム	カワイ体操教室
午後						カワイリハビリ音楽体操教室	個別機能測定
	3	4	5	6	7	8	9
午前	お休み	足腰元気になる体操!!	運動機能向上プログラム	運動機能向上プログラム	カワイ音楽教室	運動機能向上プログラム	運動機能向上プログラム
午後		個別機能測定	すてっぷくらぶ陶芸教室	すてっぷくらぶ折り紙教室	運動機能向上プログラム	すてっぷくらぶちぎり絵教室	オススメ! 大正琴に触れてみよう
	10	11	12	13	14	15	16
午前	お休み	カワイ音楽教室	カワイ体操教室	オススメ! 有徳みかエレクトーンコンサート	すてっぷくらぶハーモニカ教室	脳活性プログラム	カワイ体操教室
午後		運動機能向上プログラム	脳活性プログラム	運動機能向上プログラム	オススメ! ムジカあおぞらライブコンサート	シニアヨガ教室	脳活性プログラム
	17	18	19	20	21	22	23
午前	お休み	運動機能向上プログラム	オススメ! DAMDAM音楽レク体操	カワイ音楽教室	シニアヨガ教室	運動機能向上プログラム	運動機能向上プログラム
午後		すてっぷくらぶ書道教室	すてっぷくらぶ書道教室	運動機能向上プログラム	高田真子歌謡ショー	すてっぷくらぶ華道教室	オススメ! 大正琴クイーンズコンサート
	24	25	26	27	28	29	30
午前	お休み	カワイ体操教室	運動機能向上プログラム	運動機能向上プログラム	運動機能向上プログラム	カワイ体操教室	運動機能向上プログラム
午後		脳活性プログラム	すてっぷくらぶ硬筆ペン字教室	すてっぷくらぶハーモニカ教室	オススメ! やまうち屋紙芝居	すてっぷくらぶ水彩画教室	認知機能低下予防教室

すてっぷクラブ(カルチャークラブ) ~外部講師による教室~のご案内							
*陶芸	第1火曜日	*折り紙	第1水曜日	高田真子歌謡ショー	第3木曜日	歌手	高田真子
*水彩画	第3金曜日	*硬筆ペン字	第4火曜日	カワイ体操	月5回(不定期)	仲野みよ子	講師
*ちぎり絵	第2金曜日	ハーモニカ	第4水曜日	カワイ音楽	月4回(不定期)	松本・高野	講師
*書道	第3月・火曜日	足腰元気になる体操!!	不定期	リハビリ音楽体操	月1回(不定期)	仲野・佐藤	講師
*華道	第4金曜日	認知機能低下予防教室	不定期	シニアヨガ	月2回(不定期)	大塚ゆかり	講師
				DAMDAM音楽レク体操 月1回(不定期)			

* 別途材料費がかかります。