

連絡先//053-411-3600

令和 7年 9月の予定 あおぞらライフデイサービス(介護・介護予防・認知対応)

フレイルの筋力低下には、運動療法が有効ですが、持病のコントロールがされていないと高齢の方は体を動かすという気持ちになれないこともあります。また、持病の治療がうまくいっていないとフレイルを悪化させてしまう可能性もあります。

	日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5	6
午前	お休み	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	脳活性プログラム	脳活性プログラム	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	カワイ体操教室	カワイ体操教室	認知機能低下予防教室
	7	8	9	10	11	12	13
午前	お休み	カワイ体操教室	運動機能向上プログラム	大塚友美フラメンコ	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		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	運動機能向上プログラム	すてっぷくらぶちぎり絵教室	すてっぷくらぶ大正琴教室
	14	15	16	17	18	19	20
午前	お休み	運動機能向上プログラム 祝敬老会	脳活性プログラム	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	運動機能向上プログラム
午後		竹内利樹バリトンコンサート	カワイリハビリ音楽体操教室	脳活性プログラム	高田真子歌謡ショー	すてっぷくらぶ水彩画教室	カワイ体操教室
	21	22	23	24	25	26	27
午前	お休み	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	運動機能向上プログラム	カワイ音楽教室	DAMDAM音楽レク体操
午後		すてっぷくらぶ硬筆ペン字教室	脳活性プログラム	すてっぷくらぶハーモニカ教室	カワイ体操教室	すてっぷくらぶ華道教室	脳活性プログラム
	28	29	30	★ショートステイからのお知らせ★ 9月は旧暦の呼び方で「長月」と呼ばれます。秋になり夜が長くなる時期だから「(夜)長月」と呼ばれるそうです。中秋の名月でお月見をするのが9月頃ということで、天気の良い夜に、お月様を見るのも良いのではないのでしょうか？まだまだ暑い時期なので、エアコンをうまく利用し、熱中症にならないように水分を取って下さいね。			
午前	お休み	運動機能向上プログラム	カワイ音楽教室				
午後		やまうち屋紙芝居	あおぞらライフカラオケ大会				

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	カワイ体操教室	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	カワイ音楽教室	月4回（不定期）	松本・高野	講師
*書道	第3月・火曜日	大正琴	第2土曜日	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	足腰元気になる体操!!	不定期	認知機能低下予防教室	不定期		

* 別途材料費がかかります。