

連絡先//053-411-3600

令和7年12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)

高齢者の場合は、免疫力が低下していることが多いため、日頃から適度な運動やバランスのよい食事などにより感染症に強い体作りをするだけでなく、インフルエンザワクチンや肺炎球菌ワクチンを接種しておくのもフレイルを予防する1つの方法といえます。

	日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5	6
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	脳活性 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		運動機能向上 プログラム	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	四つ葉 社交ダンス	認知機能 低下予防教室
	7	8	9	10	11	12	13
午前	お休み	脳活性 プログラム	脳活性 プログラム	ロイドクラブ メガネ洗浄	カワイ 音楽教室	カワイ 音楽教室	ピアノ&フルート デュオ コンサート
午後		カワイ 体操教室	カワイリハビリ 音楽体操教室	脳活性 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	運動機能向上 プログラム	運動機能向上 プログラム	高田真子 歌謡ショー	カワイ 音楽教室	DAMDAM 音楽レク体操
午後		すてっぷくらぶ 書道教室	すてっぷくらぶ 書道教室	カワイ 体操教室	運動機能向上 プログラム	すてっぷくらぶ 水彩画教室	脳活性 プログラム
	21	22	23	24	25	26	27
午前	お休み	脳活性 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	運動機能向上 プログラム	足腰元気に なろう体操!!	脳活性 プログラム
午後		カワイ 体操教室	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	あおぞらライフ クリスマス会	すてっぷくらぶ 華道教室	カワイ 体操教室
	28	29	30	31	★ショートステイからのお知らせ★		
午前	お休み	運動機能向上 プログラム	吹奏楽 カーサプラス アンサンブル	12/31(水) ～ 1/4(日) デイサービス はお休み となります	今年も1年ありがとうございました。2025 年は皆さまにとってどのような年だったで しょうか？年末は、ついつい食べ過ぎだつた り夜遅くまで起きがちなので、規則正しい生 活を心掛けていきましょう！		
午後		やまうち屋 紙芝居	運動機能向上 プログラム				

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。