

令和4年4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)

春には、苦みがあって繊維が多い「ふきのとう」や「ウド」などの食材が旬を迎え、私たちはこれらの野菜をととても美味しいと感じます。それは「ふきのとう」や「ウド」などが、春を迎えた私たちの体にとって必要なものだからです。「ふきのとう」「ウド」の味わいや栄養分は、冬の間ゆっくり過ごした胃腸の動きをやさしく目覚めさせてくれる役割があります。

	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	新年度を迎え、令和4年度となります。学校は新学期を迎え、新入生が入ってくる門出の月となります。寒さも大分やわらぎ、暖かい日も出てきます。過ごしやすい陽気になってきますが季節の変わり目でもありますので、規則正しい生活をして健康を整えていきましょう。					カワイ音楽教室	運動機能向上プログラム
午後						運動機能向上プログラム	やまうち屋紙芝居
	3	4	5	6	7	8	9
午前	お休み	脳活性プログラム	個別機能測定	カワイ音楽教室	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		カワイ体操教室	すてっぴくらぶ陶芸教室	シニアヨガ教室	カワイ体操教室	すてっぴくらぶちぎり絵教室	チャレンジ!! リトミック
	10	11	12	13	14	15	16
午前	お休み	カワイ音楽教室	脳活性プログラム	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	あおぞらライフ開設記念日を祝つ会 <small>オススメ!</small>
午後		運動機能向上プログラム	カワイ体操教室	すてっぴくらぶ折り紙教室	シニアヨガ教室	すてっぴくらぶ水彩画教室	
	17	18	19	20	21	22	23
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	脳活性プログラム	高田真子カラオケ教室	運動機能向上プログラム	脳活性プログラム
午後		すてっぴくらぶ書道教室	すてっぴくらぶ書道教室	カワイ体操教室	運動機能向上プログラム	すてっぴくらぶ華道教室	カワイ体操教室
	24/31	25	26	27	28	29	30
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	カワイ音楽教室	<small>オススメ!</small> 梶山久美ヴァイオリンコンサート	脳活性プログラム
午後		カワイリハビリ音楽体操教室	すてっぴくらぶ硬筆ペン字教室	すてっぴくらぶハーモニカ教室	運動機能向上プログラム	運動機能向上プログラム	足腰元気になるう体操!!

すてっぴクラブ (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2水曜日	カラオケ教室	偶数月第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	カラオケ教室	奇数月第3木曜日	作曲家	田口徳男
*ちぎり絵	第2金曜日	ハーモニカ	第4水曜日	カワイ体操	月5回(不定期)	講師	仲野みよ子
*書道	第3月・火曜日	足腰元気になるう体操!!	不定期	カワイ音楽	月4回(不定期)	講師	松本・水野
*華道	第4金曜日	認知機能低下予防教室	不定期	リハビリ音楽体操	第4月曜日	講師	仲野・佐藤
		チャレンジ!! リトミック	第2土曜日	シニアヨガ	月2回(不定期)	講師	大塚ゆかり

* 別途材料費がかかります。