

令和6年3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)

口の健康を保つことでうれしい効果のもう1つが、認知症の予防です。歯が少ないほど脳の働きが鈍くなってしまいます。きちんとよく噛んで食べると、脳が刺激されるということがわかっています。

	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	3月になり、冬から春に少しずつ季節が変わる時期になりました。3月は雛祭りの時期でもあります。「人形(ひとがた)流し」という厄払いの風習と、平安時代のおままごとであった「ひいな遊び」とが結びついたものが由来だそうです。人形流しに使用される人形が年月が経つにつれ、徐々に華やかで美しいものとなり、川に流さず家に飾るようになったのが雛人形の起源とのことです。女の子がいるご家庭では飾ってみてはいかがでしょうか？					カワイ体操教室	カワイ体操教室
午後						個別機能測定	個別機能測定
	3	4	5	6	7	8	9
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	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	足腰元気になるう体操!!
午後		すてっぷくらぶ折り紙教室	すてっぷくらぶ陶芸教室	運動機能向上プログラム	あおぞらライフカラオケ大会	すてっぷくらぶちぎり絵教室	レクリエーション
	10	11	12	13	14	15	16
午前	お休み	脳活性プログラム	^{オススメ!} DAMDAM音楽レク体操	^{オススメ!} 山本晶子マリンバ打楽器演奏会	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
午後		カワイリハビリ音楽体操教室	レクリエーション	運動機能向上プログラム	レクリエーション	すてっぷくらぶ水彩画教室	鈴木流三味線コンサート
	17	18	19	20	21	22	23
午前	お休み	運動機能向上プログラム	カワイ音楽教室	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
午後		すてっぷくらぶ書道教室	すてっぷくらぶ書道教室	レクリエーション	高田真子歌謡ショー	すてっぷくらぶ華道教室	やまうち屋紙芝居
	24/31	25	26	27	28	29	30
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	シニアヨガ教室	カワイ音楽教室	カワイ体操教室
午後		運動機能向上プログラム	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	^{NEW} チンドン屋やらまいか喜導鯛	運動機能向上プログラム	レクリエーション

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月曜日	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	足腰元気になるう体操!!	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
*別途材料費がかかります。				DAMDAM音楽レク体操 月1回(不定期)			