



令和5年(2023年)3月 活動カレンダー MARCH

日・SUN	月・MON	火・TUE	水・WED	木・THI	金・FRI	土・SAT
		1 	2	3 	4 	5
6 	7 	8	9	10	11 	12
13 	14	15	16	17	18 	19
20 	21 春分の日 	22	23	24	25 	26
27	28	29	30	31		

※3月のお誕生日の方が4名いらっしゃいます。ご利用日に誕生会を行います。

※午前中は、個別リハビリ・脳トレプリントを行います。

※午後の活動は、カラダを動かすリハビリレクリエーションと手指を使うリハビリレクリエーションがあります。

【カラダを動かすリハビリレクリエーション】

効果・楽しくゲームを行いながら、上肢・下肢の筋肉を使い運動効果を上げていきます。

- グラグラ円盤ゲーム、タオル掛け(上肢)
- お手玉飛ばし、色当てゲーム、桜めがけてカーリング(下肢)

【手指を使うリハビリレクリエーション】

- ・折ったり開いたりする事で、手指機能の維持・向上を図る。
- ・協力して、一つの作品を仕上げる事で団結が生まれる。
- ・作って飾る事で、季節の見当識に働きかける。

○桜の花・小枝作成○ポケットティッシュケース(お持ち帰りいただきます)



「にじ」リハビリ・デイ