



毎日開催 プログラム	TRX	1階ホール健康体操	お楽しみDVD上映	ワニワニパニック	まるもへ買い物	麻雀	X
	朝体操	プール	囲碁・将棋・オセロ	カエル叩き	カラオケ	パチンコ	

2021年	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
					1日	2日	3日
スタジオ体操 14時	■新しいプログラム「ジェンガ」が追加 ブロックを互い違いに積み上げた塔の中から順番にブロックを1本ずつ抜いて上に乗せていき、崩してしまった人が負けです。それぞれのブロックは、微妙に大きさが違うので、抜けやすいブロックと抜けにくいブロックがあります。そこを見極めるのが勝敗のカギです。単純ですが盛り上がるゲームです。ぜひご参加を。9月25日に開催します。				スタジオ体操	スタジオ体操	
プール	水中ボールウォーキング			浮き棒ウォーキング			
カルチャー 13時～	ガーデニング	料理教室 きのこ鶏肉のシチュー	書道教室	料理教室 きのこ鶏肉のシチュー	ガーデニング	書道教室	
	写経	トランプゲーム	骨盤体操	ペットボトルボーリング	写経	パターゲーム	
		囲碁・将棋	ガーデニング		囲碁・将棋		
	11日 お誕生日お祝い週間	12日 お誕生日お祝い週間	13日 お誕生日お祝い週間	14日 お誕生日お祝い週間	15日 お誕生日お祝い週間	16日 お誕生日お祝い週間	17日
スタジオ体操 14時	スタジオ体操	スタジオ体操	スタジオ体操	スタジオ体操	スタジオ体操	スタジオ体操	
プール	浮き棒ウォーキング			サーキットプログラム			
カルチャー 13時～	料理教室 きのこ鶏肉のシチュー	ガーデニング	書道教室	ガーデニング	料理教室 きのこ鶏肉のシチュー	書道教室	
	トランプゲーム	写経	パターゲーム	むかしのトランプ	写経	ガーデニング	
		囲碁・将棋	囲碁・将棋		囲碁・将棋	骨盤体操	
	18日 収穫祭	19日 収穫祭	20日 収穫祭	21日 収穫祭	22日 収穫祭	23日 収穫祭	24日
スタジオ体操 14時	スタジオ体操	スタジオ体操	スタジオ体操	スタジオ体操	スタジオ体操	スタジオ体操	
プール	サーキットプログラム			水中ボールウォーキング			
カルチャー 13時～	ペットボトルボーリング	工作	書道教室	工作	料理教室 かぼちゃのクリームシチュー	書道教室	
	料理教室 かぼちゃのクリームシチュー	寺子屋	料理教室 かぼちゃのクリームシチュー	写経	骨盤体操	ペットボトルボーリング	
		囲碁・将棋	囲碁・将棋		ジェンガ		
	25日	26日	27日	28日	29日	30日	
スタジオ体操 14時	スタジオ体操	スタジオ体操	スタジオ体操	スタジオ体操	スタジオ体操	スタジオ体操	
プール	脳トレ水中ウォーキング		浮き棒ウォーキング		ビート板ウォーキング		
カルチャー 13時～	工作	料理教室 かぼちゃのクリームシチュー	書道教室	料理教室 かぼちゃのクリームシチュー	工作	書道教室	
	骨盤体操	トランプゲーム	寺子屋	ペットボトルボーリング	写経	棒倒しゲーム	
	ジェンガ	囲碁・将棋	囲碁・将棋	骨盤体操	囲碁・将棋		

140インチシアター	☆ 観ることによる忍耐力・集中力の向上と回想によりQOLの向上。興味を引き出し意欲の向上を図ります。
お買い物リハビリ	☆ 移動販売車でお買い物。ご自身で商品を選択し、会計をする動作が社会活動能力の維持・向上に繋がります。
脳トレ健康体操	☆ 座りながら、二重課題を取り入れた身体運動によって心身の機能向上を図ります。
朝体操	☆ 全身の血流を改善。朝に行うことで一日の活動の為に心身のコンディショニングを行います。
大ホールカラオケ	☆ 音楽に合わせて声を出すことで脳の活性化。心身に安定をもたらすリハビリです。
サンルーナ デイサービスプログラム イベントのお知らせ	☆ 移動販売車が毎週月・火・金に来ます。月・火はセイミヤのとくし丸、金はカスミの移動販売車です。 ☆ 収穫祭。18日から23日です。秋の味覚をたくさん使ったお昼ごはんが食べられます。お楽しみに。 ☆ 料理教室。10月はシチューを作ります。きのこ鶏肉のシチュー、かぼちゃのクリームシチューです。 ☆ 10月6日、14日：岡田ドクターが来館されます。土浦協同病院のリハビリ科のお医者さんで、身体状況の相談が出来ます。 ※ スケジュールは変更になる場合があります。必ず掲示板等にてご確認ください。 ※ クラスには定員がありますので、定員を超えた場合は選択できません。