



デイサービス太陽では毎日脳トレ体操を行っております。皆様のペースに合わせて時には童謡に合わせて遅くしたり早くしたり、また午前中も毎日認知機能の低下を予防するとされる（シナプソロジー）体を動かしながら歌い、脳を刺激する楽しめる運動をしていますよ。新型コロナ対策での3密で御不自由をお掛け致しますが、ぜひお誘い合わせの上お越しくださいませ。

2022年 9月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
				下肢筋力体操	体力測定	
4	5	6	7	8	9	10
	童謡に合わせて 体操	懐メロ観賞会	塗り絵	言葉遊びゲーム	ご近所散策	
11	12	13	14	15	16	17
	下肢筋力体操	ドライブ	ボール蹴り	風船ゲーム	海岸ドライブ	
18	19	20	21	22	23	24
	童謡に合わせて 体操	転倒予防体操	風船バレー	園芸 花植え	下肢筋力体操	
25	26	27	28	29	30	
	カレンダー作成	ボール蹴り	ご近所散歩	転倒予防体操	カレンダー作成	