



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。

2021年 12月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			体力測定	転倒予防体操	リズム体操	
5	6	7	8	9	10	11
	スクラッチアート	トランプ・人生ゲーム	塗り絵	ボール蹴り	風船転がし	
12	13	14	15	16	17	18
	下肢筋力体操	言葉遊びゲーム	ボール蹴り	風船ゲーム	トランプ・人生ゲーム	
19	20	21	22	23	24	25
	童謡に合わせて体操	転倒予防体操	ご近所散策	懐メロカラオケ	将棋&トランプ	
26	27	28	29	30	31	1
	カレンダー作成	下肢筋体操	カレンダー作成	転倒予防体操		