


3月リハビリサロン 月間予定表



岐阜ブログのQRコード
です♪
月間予定表もみれます！

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	
<div style="text-align: center;"> <p>今月のPickUp</p> <p>◎パン作り … 美味しい桜あんパンを作ります。 ◎ペーパークラフト … 折り紙で丸くてかわいい手毬を作ります！</p>  </div>							
まなびる一む トレーニングフロア アクティビティフロア サンサンひろば リラクゼーションルーム						1 言語リハビリ (言語聴覚士) 転倒予防トレーニング リクエスト歌謡曲 伝承あそび アロママッサージ	
	2	3	4	5	6	7	8
まなびる一む トレーニングフロア アクティビティフロア サンサンひろば リラクゼーションルーム	健口脳活クラブ (言語聴覚士) 骨盤底筋体操 転倒予防トレーニング 伝承あそび 書道 アロママッサージ	レッドコード (理学療法士) 転倒予防トレーニング シナプソロジー ペーパークラフト ボイストレーニング アロママッサージ	シナプソロジー (シナプソロジー・看護師) レッドコード (理学療法士) 骨盤底筋体操 転倒予防トレーニング 伝承あそび フラワーアレンジメント マッサージチェア	言語リハビリ (言語聴覚士) シナプソロジー 骨盤底筋体操 ペーパークラフト ボイストレーニング アロママッサージ	レッドコード (理学療法士) 骨盤底筋体操 転倒予防トレーニング 喫茶みつ豆 ハンドクラフト アロママッサージ	言語リハビリ (言語聴覚士) 転倒予防トレーニング 脳トレ・塗り絵 裁縫 アロママッサージ	
	9	10	11	12	13	14	15
まなびる一む トレーニングフロア アクティビティフロア サンサンひろば リラクゼーションルーム	健口脳活クラブ (言語聴覚士) 転倒予防トレーニング シナプソロジー 音読 書道 アロママッサージ	レッドコード (理学療法士) シナプソロジー ペーパークラフト ボイストレーニング アロママッサージ	シナプソロジー (シナプソロジー・看護師) レッドコード (理学療法士) トレーニング リクエスト歌謡曲 ハンドクラフト アロママッサージ	交流日 (実費イベント)		レッドコード (理学療法士) 転倒予防トレーニング ハンドクラフト ペーパークラフト アロママッサージ	言語リハビリ (言語聴覚士) トレーニング リクエスト歌謡曲 脳トレ・塗り絵 アロママッサージ
	16	17	18	19	20	21	22
まなびる一む トレーニングフロア アクティビティフロア サンサンひろば リラクゼーションルーム	健口脳活クラブ (言語聴覚士) 骨盤底筋体操 転倒予防トレーニング ペーパークラフト 書道 ハンドマッサージ アロママッサージ	レッドコード (理学療法士) 転倒予防トレーニング シナプソロジー 伝承あそび ボイストレーニング アロママッサージ	シナプソロジー (シナプソロジー・看護師) レッドコード (理学療法士) サンサンレク 伝承あそび ハンドクラフト マッサージチェア	言語リハビリ (言語聴覚士) 転倒予防トレーニング シナプソロジー みっけの壁画 ボイストレーニング アロママッサージ	レッドコード (理学療法士) シナプソロジー フラワーアレンジメント 喫茶みつ豆 アロママッサージ	言語リハビリ (言語聴覚士) 転倒予防トレーニング ペーパークラフト 伝承あそび アロママッサージ	
	23	24	25	26	27	28	29
まなびる一む トレーニングフロア アクティビティフロア サンサンひろば リラクゼーションルーム	健口脳活クラブ (言語聴覚士) 骨盤底筋体操 転倒予防トレーニング 伝承あそび 書道 アロママッサージ	レッドコード (理学療法士) 骨盤底筋体操 転倒予防トレーニング みっけの壁画 ボイストレーニング アロママッサージ	シナプソロジー (シナプソロジー・看護師) レッドコード (理学療法士) 転倒予防トレーニング リクエスト歌謡曲 喫茶みつ豆 マッサージチェア	言語リハビリ (言語聴覚士) トレーニング 転倒予防トレーニング パン作り ボイストレーニング アロママッサージ	レッドコード (理学療法士) 転倒予防トレーニング シナプソロジー パン作り みっけの壁画 アロママッサージ	言語リハビリ (言語聴覚士) 転倒予防トレーニング ペーパークラフト 伝承あそび アロママッサージ	
	30	31	◎3月のトレーニング 引き続き、足指鍛えて温活です！！足指が動きだす？！♡ おやつイベント 雛あられや 桃のお菓子をご用意する予定です♡				

※都合により予定が変更になる場合もございます。・各名称、ご不明な点がございましたら、お気軽にお問い合わせください。

3月 リハビリサロン アクティビティ一覧

トレーニング	詳細	定員	実費
冬のテーマ 温活！足指鍛えて健康に			
言語リハビリ	言語聴覚士によるコミュニケーション&誤嚥性肺炎予防に特化したリハビリ	1~15名	
シナプソロジー	看護師とシナプソロジー普及員による脳の活性化・認知症予防に特化したリハビリ	1~15名	
アロママッサージ	アロマセラピーの資格を持った看護師がマッサージをします。	応相談	
レッドコード	理学療法士によるレッドコードを使った全身運動です。	1~10名	
転倒予防トレーニング	上肢・体幹・下肢のトレーニング、筋力の維持を図ります。	1~15名	
骨盤底筋体操	骨盤底筋を鍛えながら、尿道括約筋をの機能回復をはかる体操です。	1~10名	
トレーニング	身体と頭を使い脳に刺激を与えます。自然と笑顔になります。	1~15名	
口腔機能向上訓練	午前の最後に言語聴覚士による嚥下能力の維持向上のため、口腔体操に取り組みます。	全員	
座体操	DVDで基本の体操を通し、筋肉に適度な刺激を与えます。	1~15名	
帰りの体操	音楽に合わせて楽しく運動、チェアロビクスです。	1~10名	
サンサン・レク	サンサン広場でレクリエーションを楽しみます。第3水曜日	1~15名	
健口脳活クラブ	楽しく声を出したり、脳トレで脳を活性化しましょう！	1~15名	
アクティビティ	詳細	定員	実費
喫茶みつ豆	3F喫茶店でスイーツを食べます。第1・3・5金曜日、第4水曜日	1~10名	あり
生活リハビリ	自宅でも役に立つ作業を皆で楽しく行う。	1~10名	
フラワーアレンジメント	認知症予防やストレス解消に。	5名	あり
書道	心静かに書道で季節を味わう。	1~4名	
ペーパークラフト	指先のリハビリ。素敵な作品を作ります。	1~5名	内容によってあり
ハンドクラフト	生活に役立つ作品を作ります。生活に豊かさを。	1~5名	内容によってあり
みっけの壁画	駅前保育所「みっけのおうち」へプレゼントする壁画を折り紙で作ります。	1~5名	
みっけとの交流	月に一回「みっけのおうち」の園児さんたちと交流会をします。	1~15名	
美容クラブ	おしゃれはネイルから。爪を整え、ネイルで仕上げます。	1~2名	100マイカ~
脳トレプリント	間違い探しを中心に、観察力や集中力で脳の刺激に。	1~15名	
ボイストレーニング	声楽家のピアノ演奏で懐かしい歌をうたい心肺機能、脳を活性化。	1~15名	
裁縫	生活に必要な裁縫や趣味の裁縫を楽しみます。	1~6名	
リクエスト歌謡曲	懐かしい歌謡曲のリクエストを取り、歌ってもよし！聴いてもよし！楽しみましょう。	1~20名	
音読	百人一首、俳句、詩、物語りなどを皆で声を出して読もう！	1~10名	
伝承あそび	昔ながらの遊びの良さや豊かさを味わい楽しもう！	1~20名	
ハンドマッサージ	メナードの方々がハンドマッサージをしてくださいます。	1~8名	
3月のアクティビティ	詳細	定員	実費
パン作り	桜あんパンを作ります。	4名	あり
ハンドクラフト	折り紙で手毬を作ります。	4名	100マイカ

※都合により予定が変更になる場合もございます。・各名称、ご不明な点がございましたら、お気軽にお問い合わせください。