

平成20年度 いちよう苑の活動紹介(月・火・水)



		プログラム	主な活動内容
月曜	午前	スポーティレク	円盤投げゲーム フラフープの的に円盤を投げ得点をとるゲームです。この所100点を出すメンバーが増え、盛り上がっています。
		絵手紙	季節の花や食べ物、身近なものを題材に、先生の指導を受けながら、ハガキに気持ちをこめています。
		お茶を楽しむ会 (仮称)	*月に1回 茶道を気軽な雰囲気を楽しむ会です。
	午後	リハビリ	平行棒とピンポン玉を使った運動にわかれて行っています。基本動作訓練の一つです。
		書道	先生が季節に合った言葉を選んで手本(行書体 楷書体)にし、各自のペースに合わせて練習しています。
火曜	午前	スポーティレク	平行棒、セラバンド、ボールを使った運動をしております。後半は今までどおり風船バドミントンに取り組んでおります。
		いちよう	前半はスポーティレクのメンバーと共に運動を行い、後半よりゆったりとお話をしながら過ごしています。
		絵手紙	季節の花や食べ物、身近なものを題材に、先生の指導を受けながら、ハガキに気持ちをこめています。
	午後	音楽	音楽療法の先生指導のもと、季節感のある曲を合唱したり合奏したりしています。
		探究会	メンバーでの企画、立案し「探究」しています。現在、三鷹の有名人について調査中です。
水曜	午前	スポーティレク	平行棒、セラバンド、ボールを使った運動をしております。後半は今までどおりサッカーに取り組んでおります。
		いちよう	前半はスポーティレクのメンバーと共に運動を行い、後半は場所を変え、おしゃべりや整理体操をしています。
		煎茶道	お点前の練習にはげむのはもとより、ゆったりとした時間の中でおいしいお茶とお菓子と会話を楽しんでいます。
	午後	スポーティレク	玉突き押し出しゲームを行っています。立位にてバランスを保ちながらスティックを使用して玉を打つゲームです。にぎやかな雰囲気の中、行っています。
		革細工	自分の作品はもとより、家族や友達へのプレゼントを中心に、こつこつと取り組んでいます。
		いちよう	おしゃべり中心で手先を動かしながら、ゆったりと過ごしています。季節の花の折り紙などを行っています。

# 平成20年度 いちよう苑の活動紹介(木・金・土)



		プログラム	主な活動内容
木曜	午前	リハビリ	平行棒とマットを使った運動に分れて行っています。基本動作訓練の1つです。
		書道	先生の指導のもと、和やかに皆さんの意見を取り入れながら行っています。
		いちよう	身近な話題をとおして昔の話を引き出したり、天気の良い日には苑庭や近くの公園へ散歩に行くなどしています。
	午後	リハビリ	メンバーで知恵と力をあわせて製作活動をしています。現在は飛び出す紙芝居作りに取り組んでいます。
		いちよう	昔の懐かしい話題や季節感のある話を前半にし、後半はポケネットを使用して体を動かしています。
		革細工	少人数ながら、メンバー同士で助けあい、楽しく作品作りをしています。
金曜	午前	スポーティーレク	チーム対抗戦で手作りボーリングを行っています。和気あいあいと応援をしたり、体を無理なく動かしています。
		いちよう	おしゃべりをしたりと、ゆったりと過ごしています。
		ちぎり絵	おしゃべりをしながら、先生のご指導のもと、各自が気に入ったちぎり絵の作品作りに取り組んでいます。
	午後	リハビリ	平行棒とマットを使った運動に分れて行っています。基本動作訓練の1つです。
		いちよう	食堂にある大きなカレンダー作りをしています。色々なアイデアを出し合い、協力しあいながら作品作りをしています。
土曜	午前	リハビリ	平行棒とマットを使った運動に分れて行っています。基本動作訓練の1つです。
		いちよう	ゴロ卓球という、卓上ゲームを行っています。気候の良いときは、近隣に散歩に出かけています。
	午後	音楽	先生の指導のもと、季節感のある歌を合唱したり合奏したりしています。
		いちよう	前半はおしゃべりをし、クイズなどの頭の体操をしています。気候の良いときは、外出などの計画を立てます。