

1日のすごし方

8:15~	お迎え	送迎サービス(要相談、時間指定があります。)
8:30~	健康チェック	 送迎サービス(要相談、時間指定があります。) 健康チェック 血圧・脈・体温測定を行います。
ティータイム	健康チェック	 血圧・脈・体温測定を行います。 ティータイム 飲み物を飲みながらほっと一息、くつろぎの時間。
10:30~	朝の挨拶	 今日は何の日? 何があった日? など頭の体操も兼ねて楽しくお話しします。
11:30~	体操	 腰痛や肩こりに効果的な体操を行います。
12:30~	口腔体操	食事前の口腔体操、むせこみを軽減するための体操です。
昼食	口腔体操	栄養士が考えた栄養バランスのとれたお食事を提供します。
12:30~	お昼休み	 飲み物を飲みながら他の方とお話しをしたり、
13:00~	ティータイム	テレビを見たりとゆっくりと過ごしていただけます。
レクリエーション	レクリエーション	 創作活動やゲーム、運動や園芸といった様々なレクリエーションを行っています。
14:30~	お送り	送迎サービス(要相談、時間指定があります。)

創作活動



**みんなで作る
1つの作品**
毎月のカレンダーや季節の作品をみんなで作成します。みんなで1つの作品を作る事で、楽しみや完成した時の達成感、喜びを共有します。

ゲーム



**ゲームで
認知機能維持**
テーブルゲームやイントロクイズ、言葉あてゲームといったゲームのプログラムです。みんなで楽しみながら認知機能の維持や向上を目指します。

運動



**楽しく
身体を動かそう**
パターゴルフ、フラダンス、ペタンクといった、体を動かすプログラムです。ゲーム感覚で楽しく体を動かし、身体機能の維持や向上を目指します。

自分らしくいきいきと

お菓子作り



**作る楽しさと
味わい**
ホットケーキやゼリーなどのお菓子をみんなで作ります。時にはテラスで育てた野菜を使った料理も作ったりと、料理だけでなく味わいも楽しめるプログラムです。

園芸活動



**花や野菜と
季節を感じて**
テラスにあるプランターで花や野菜を育てています。四季折々の植物で季節を感じながら、成長する楽しみや喜びを感じます。

年間行事

その他様々な行事をご用意しております

- 4月 遊歩道ふれあい祭り
- 7月 七夕祭り
- 10月 運動会
- 12月 クリスマス会

