



# リハビリスタジオ animo 三条月間プログラム予定表

<ご注意> 毎日実施している下記のプログラムは、カレンダー中に記載しておりません

マシントレーニング・有酸素トレーニング・低周波・個別施術・リラクゼーション足湯

フットマッサージャー・ロデオ・滑車運動・歩行訓練・脳トレ・準備体操・バイタルチェック

月曜日

火曜日

水曜日

木曜日

金曜日

		1	2	3	4	
午前・午後共通		マットストレッチ 口腔・嚙下体操 レクリエーション 【エクササイズ】 HAND CLAP	ペットボトル体操 マットストレッチ レクリエーション 【集団レク】 夏を感じて！！ ピーチボールレク	棒体操 マツトトレーニング レクリエーション 【集団レク】 金魚をすくって おつかれ summer	タオル体操 マットストレッチ レクリエーション 【集団ゲーム】 イメージを膨らませ！ ジェスチャーゲーム	
		7	8	9	10	
午前・午後共通		ペットボトル体操 マットストレッチ レクリエーション <スポーツ> スカットボール (野口)	タオル体操 マットストレッチ レクリエーション <スポーツ> スカットボール (歌代)	マットストレッチ 口腔・嚙下体操 レクリエーション <スポーツ> スカットボール (小島)	体幹体操 ストレッチ レクリエーション <スポーツ> スカットボール (志田)	棒体操 マツトトレーニング レクリエーション <スポーツ> スカットボール (野口)
		14	15	16	17	18
午前・午後共通		体幹体操 ストレッチ レクリエーション 【集団トレーニング】 骨盤底筋体操	棒体操 マットストレッチ レクリエーション 【集団レク】 夏を感じて！！ ピーチボールレク	ペットボトル体操 マットストレッチ レクリエーション 【集団ゲーム】 イメージを膨らませ！ ジェスチャーゲーム	タオル体操 マットストレッチ レクリエーション 【エクササイズ】 HAND CLAP	口腔・嚙下体操 マットストレッチ レクリエーション 【集団レク】 金魚をすくって おつかれ summer
		21	22	23	24	25
午前・午後共通		タオル体操 マットストレッチ レクリエーション 【集団レク】 夏を感じて！！ ピーチボールレク	ペットボトル体操 マットストレッチ レクリエーション 【集団ゲーム】 イメージを膨らませ！ ジェスチャーゲーム	体幹体操 ストレッチ レクリエーション 【集団レク】 金魚をすくって おつかれ summer	口腔・嚙下体操 マットストレッチ レクリエーション 【集団トレーニング】 骨盤底筋体操	タオル体操 マットストレッチ レクリエーション 【集団トレーニング】 骨盤底筋体操
		28	29	30	31	
午前・午後共通		棒体操 マツトトレーニング レクリエーション 【集団ゲーム】 イメージを膨らませ！ ジェスチャーゲーム	体幹体操 ストレッチ レクリエーション 【集団レク】 金魚をすくって おつかれ summer	タオル体操 マットストレッチ レクリエーション 【集団トレーニング】 骨盤底筋体操	ペットボトル体操 マットストレッチ レクリエーション 【集団レク】 夏を感じて！！ ピーチボールレク	

～プログラムに関するご不明な点・ご意見等はお気軽に職員までご相談ください。～

■所長/機能訓練 野口 ■看護主任 小島 ■主任相談員 志田 ■介護 歌代・長橋・阿部

※各予定は、変更となる場合があります。ご容赦お願いいたします。