

## 令和7年2月 コンパス 全体プログラム(予定)カレンダー

※ひとりだち訓練は、個別支援にて、お一人様1回、交代で実施させていただきます。

| 日  | 月   | 火   | 水   | 木  | 金  | 土   |
|----|---|---|---|--|--|-----|
| 2  | 3   | 4   | 5   | 6  | 7  | 1/8 |
|    | ・ひとりだち訓練【有名店風豚井作り】<br>orすべり台ボウリング(すべり台上からコース予想してホール回転でピンに当てる) | ・ひとりだち訓練【有名店風豚井作り】<br>or脳トレ・脳活！(手先や脳の動きを活性化させよう!)     | ・ひとりだち訓練【有名店風豚井作り】<br>orビジョントレーニング(眼と体のチームワークトレーニング)          | ・ひとりだち訓練【有名店風豚井作り】<br>orコグトレ(認知ソーシャルトレーニング)                  | ・ひとりだち訓練【有名店風豚井作り】<br>orエアホッケー(台上で、素早く反応し、パックを打ち返して対戦を楽しもう!) |     |
| 9  | 10  | 11  | 12  | 13   | 14   | 15  |
|    | ・ひと手間簡単おやつ作り<br>・エアロビクスダンス(音楽に合わせてダンスをしながら有酸素運動をしよう!)         |   | ・ひと手間簡単おやつ作り<br>・卓球(サーブを覚えてバックハンドとフォアハンドでラリーを続けよう!)           | ・ひと手間簡単おやつ作り<br>・コーンホール(ビーンバックを遠くの的穴にねらって入れ、集中力とコントロールを試そう!) | ・季節のおやつ作り(感謝の気持ちを伝えたい人に、「バレンタイン♡チョコレート菓子」を作ろう!)              |     |
| 16 | 17  | 18  | 19  | 20   | 21   | 22  |
|    | ・テニピン(段ボールラケットを使ってボールを打ち合う! 空間認識力を試すゲーム!)                     | ・ひと手間簡単おやつ作り<br>・風船レクリエーション(風船を使って空間認識力や体幹を鍛えよう!)     | ・公園遊び(ボールスポーツ・バッティング練習等、運動遊び)                                 | ・ボールスポーツ(バスケットボールの基本動作、バストリプル・シュートでの手足や体の使い方をマスターしよう!)       | ・チェアヨガ(いすに座ったまま関節や筋肉を大きく動かし、関節可動域を促進し、筋力をアップさせよう!)           |     |
| 23 | 24  | 25  | 26  | 27   | 28   |     |
|    |   | ・コグトレ(ショート)<br>・プラズマカーレース(素早いハンドル操作とバランス・体幹の力で前進しよう!) | 【半日訓練外出行事】<br>・避難・消火訓練(淀川消防署消防隊員から、火災・災害時の避難と消火について、体験して学ぼう!) | ・有酸素運動(エアロバイク、踏み台昇降、ボクササイズ、トランポリン等の運動で、エネルギーを消費して心肺機能を高めよう!) | ・プレルボール(腕を使ってボールを打つゲーム! ボールをワンバウンドさせて相手コートに入れよう!)            |     |

※天候、体調等によりプログラムを変更させていただくことがあります。

放課後等デイサービス コンパス  
〒532-0004 大阪市淀川区西宮原1-7-45-202

TEL06-4866-6813

