

デイケアカレンダー平成 31 年 3 月

	月	火	水	木	金	土	日
					1日	2日	3日
午前 昼食 午後 ① ②	 今年は昨年と違ってあまり雪が降りませんでした。一方、インフルエンザは昨年以上に流行しました。デイケアでは体温を測ったりと予防に努めました。				塗り絵・ドリル・ペン字 パソコン レクリエーション ダンベル体操		
	4日	5日	6日	7日	8日	9日	10日
午前 昼食 午後 ① ②	トランプ 麻雀 ゲートボール	卓球 シンプルゲーム キウイクラブ (不安への対処②) ヨガ(講師)	スポーツ 塗り絵・ドリル・ペン字 工作 ウォーキング	ミーティング 健康体操 手芸 プラモデル パズル	塗り絵・ドリル・ペン字 パソコン 音楽(鑑賞) Wii ダンベル体操		
	11日	12日	13日	14日	15日	16日	17日
午前 昼食 午後 ① ②	トランプ ウノ ゲートボール	卓球 シンプルゲーム 認知症予防 ヨガ(講師)	スポーツ 塗り絵・ドリル・ペン字 カラオケボックス 工作 ウォーキング	ミーティング 健康体操 ボウリング(外出) 	塗り絵・ドリル・ペン字 パソコン レクリエーション ダンベル体操		
	18日	19日	20日	21日	22日	23日	24日
午前 昼食 午後 ① ②	トランプ 麻雀 ゲートボール 身体計測 (一週間)	卓球 シンプルゲーム ザ・茶話会 ヨガ(講師)	スポーツ 塗り絵・ドリル・ペン字 工作 就労準備 (前回のふり返り) ウォーキング	春分の日		塗り絵・ドリル・ペン字 パソコン 音楽(合唱) Wii ダンベル体操	
	25日	26日	27日	28日	29日	30日	31日
午前 昼食 午後 ① ②	トランプ 人生ゲーム ゲートボール	卓球 シンプルゲーム 認知症予防 ヨガ(講師)	スポーツ 塗り絵・ドリル・ペン字 工作 ウォーキング	ミーティング 健康体操 手芸 プラモデル パズル	塗り絵・ドリル・ペン字 パソコン 図書館 ダンベル体操		

* 予定は急に変更になる場合があります。ご了承ください。

* 各プログラムへの参加は一部を除き自由です。

* プログラムの主な目的

- ・対人交流の練習
- ・集中力Up
- ・対処方法を学ぶ
- ・体力Up
- ・・・など様々です。

※「シンプルゲーム」はルールの簡単なゲームです。

1日の流れ

9:30 開所
10:15 ラジオ体操
10:20 朝礼
10:30~11:30 午前プログラム
11:50~12:00 ダンス
12:10~12:40 昼食支援
12:40~踏み台昇降

13:30~ 午後プログラム①
14:40~ 午後プログラム②
(ヨガのみ14:30~)
15:40~16:00 終礼

