



デイケアカレンダー 令和2年4月



	月	火	水	木	金	土	日
			1日	2日	3日	4日	5日
午前	 <p>卯月 (うづき)</p>		スポーツ 塗り絵・ドリル・ペン字	ミーティング 健康体操	塗り絵・ドリル・ペン字 パソコン		
昼食							
午後①			工作	手芸・パズル プラモデル	レクリエーション		
午後②			ウォーキング	映画鑑賞(室内行事)	ダンベル体操		
	6日	7日	8日	9日	10日	11日	12日
午前	トランプ 麻雀	卓球 シンプルゲーム	スポーツ 塗り絵・ドリル・ペン字	ミーティング 健康体操	塗り絵・ドリル・ペン字 パソコン		
昼食							
午後①	ゲートボール	キウイクラブ (治療とは?)	工作	手芸 プラモデル	合唱 Wii		
午後②		ヨガ(講師)	ウォーキング	パズル	ダンベル体操		
	13日	14日	15日	16日	17日	18日	19日
午前	トランプ ウノ	卓球 シンプルゲーム	スポーツ 塗り絵・ドリル・ペン字	ミーティング 健康体操	塗り絵・ドリル・ペン字 パソコン		
昼食							
午後①	ゲートボール	認知症予防	工作	手芸・パズル プラモデル	レクリエーション		
午後②		ヨガ(講師)	ウォーキング	映画鑑賞(室内行事)	ダンベル体操		
	20日	21日	22日	23日	24日	25日	26日
午前	トランプ 麻雀	卓球 シンプルゲーム	スポーツ 塗り絵・ドリル・ペン字	ミーティング 健康体操	塗り絵・ドリル・ペン字 パソコン		
昼食							
午後①	ゲートボール	ザ・茶話会	工作	手芸 プラモデル	音楽鑑賞 Wii		
午後②	 <p>身体計測 (一週間)</p>	ヨガ(講師)	ウォーキング	パズル	ダンベル体操		
	27日	28日	29日	30日			
午前	トランプ 人生ゲーム	卓球 シンプルゲーム	 <p>昭和の日</p> 		ミーティング 健康体操	※コロナウイルスの影響によりカラオケ等の外出プログラムは当面の間自粛とさせていただきます。ご了承下さい。 ※来月は作品展を予定しております。是非お楽しみに♪	
昼食							
午後①	ゲートボール	認知症予防			手芸 プラモデル		
午後②		ヨガ(講師)			パズル		

- * 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 | 13:30~ 午後プログラム① |
| 10:15 ラジオ体操 | 14:40~ 午後プログラム②
(ヨガのみ14:30~) |
| 10:20 朝礼 | 15:40~16:00 終礼 |
| 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 | |