



デイケアカレンダー

令和 2 年 1 月



	月	火	水	木	金	土	日
			1日	2日	3日	4日	5日
午前 屋食 午後 ① ②	謹賀新年 あけましておめでとうございます 本年もよろしくお願い致します 		元旦	年始休み	年始休み		
	6日	7日	8日	9日	10日	11日	12日
午前 屋食 午後 ① ②	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 初詣(白山比咩神社)		
	ゲートボール	キウイクラブ (怒りについて③) ヨガ(講師)	工作 ウォーキング	手芸 プラモデル パズル	レクリエーション ダンベル体操		
	13日	14日	15日	16日	17日	18日	19日
午前 屋食 午後 ① ②	成人の日 	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 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		
	20日	21日	22日	23日	24日	25日	26日
午前 屋食 午後 ① ②	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		
	ゲートボール 身体計測(一週間)	ザ・茶話会 ヨガ(講師)	工作 ウォーキング	手芸 プラモデル パズル	レクリエーション ダンベル体操		
	27日	28日	29日	30日	31日		
午前 屋食 午後 ① ②	トランプ 人生ゲーム	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 行事準備	塗り絵・ドリル・ペン字 パソコン		
	ゲートボール	認知症予防 ヨガ(講師)	工作 ウォーキング	 新年会 	合唱 Wii 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 屋食支援
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