



# デイケアカレンダー 令和6年2月



	月	火	水	木	金	土	日
	2月 如月 February			1日	2日	3日	4日
午前				ミーティング	塗り絵・ドリル・ペン字		
昼食				健康体操			
午後①				手芸・パズル プラモデル	音楽鑑賞 Wii		
午後②				映画鑑賞	ダンベル体操		
	5日	6日	7日	8日	9日	10日	11日
午前	トランプ 麻雀	卓球 ちょっとフィット	スポーツ 塗り絵・ドリル・ペン字	ミーティング	塗り絵・ドリル・ペン字 パソコン、スマホ相談		
昼食			健康体操				
午後①	歌声喫茶 Wii	キウイクラブ・手芸 (上手な感情表現④)	工作	手芸 パズル	レクリエーション		
午後②		ヨガ(講師)	ウォーキング	プラモデル	ダンベル体操		
	12日	13日	14日	15日	16日	17日	18日
午前			スポーツ 塗り絵・ドリル・ペン字	ミーティング	塗り絵・ドリル・ペン字		
昼食			卓球 ちょっとフィット	健康体操			
午後①			工作	手芸・パズル プラモデル	合唱 Wii		
午後②			ウォーキング	映画鑑賞	ダンベル体操		
	19日	20日	21日	22日	23日	24日	25日
午前	テーブルゲーム (7並べ、ブロックス、 宝石のきらめき、など)	卓球 ちょっとフィット	スポーツ 塗り絵・ドリル・ペン字	ミーティング			
昼食			健康体操				
午後①	ゲートボール	話そう会 手芸	工作	手芸・パズル プラモデル			
午後②	身体計測 (一週間)	ヨガ(講師)	ウォーキング				
	26日	27日	28日	29日	2月になりました。立春、 雨水と徐々に春の足音が聞 こえてきそうですが、まだも う少し寒い日が続きますか ね。 寒さに負けず、今月も元 気に活動していきましょう♪		
午前	テーブルゲーム (坊主めくり、ブロックス キングドミノ、人生ゲーム、など)	卓球 ちょっとフィット	スポーツ 塗り絵・ドリル・ペン字	ミーティング			
昼食			健康体操				
午後①	歌声喫茶 Wii	レッツ脳トレ 手芸	工作	手芸・パズル プラモデル			
午後②		ヨガ(講師)	ウォーキング	映画鑑賞			

- \* 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。

※プログラム以外の活動についてはスタッフにご相談下さい。

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

