



デイケアカレンダー 令和6年7月



	月 1日	火 2日	水 3日	木 4日	金 5日	土 6日	日 7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 健康体操	塗り絵・ドリル・ペン字 パソコン、スマホ相談	七夕	
昼食							
午後①	歌声喫茶 Wii	キウイクラブ (対人関係のすれ違い)	工作	手芸 パズル プラモデル	音楽鑑賞 Wii		
午後②		ヨガ(講師)	ウォーキング		ダンベル体操		
	8日	9日	10日	11日	12日	13日	14日
午前	テーブルゲーム	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 健康体操	塗り絵・ドリル・ペン字	海の家	
昼食							
午後①	ゲートボール	レッツ脳トレ	工作	手芸・パズル プラモデル 映画鑑賞	レクリエーション		
午後②	園芸	ヨガ(講師)	ウォーキング		ダンベル体操		
	15日	16日	17日	18日	19日	20日	21日
午前	海の日	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 健康体操	塗り絵・ドリル・ペン字 パソコン、スマホ相談	夏休み	
昼食							
午後①		カラオケ(外出)	工作	手芸 パズル プラモデル	合唱 Wii		
午後②		歌声喫茶	ウォーキング		ダンベル体操		
	22日	23日	24日	25日	26日	27日	28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 健康体操	塗り絵・ドリル・ペン字	西瓜	
昼食							
午後①	歌声喫茶 Wii	話そう会	工作	手芸・パズル プラモデル 映画鑑賞	レクリエーション		
午後②	身体計測 (一週間)	ヨガ(講師)	ウォーキング		ダンベル体操		
	29日	30日	31日	7月			
午前	テーブルゲーム (人生ゲーム)	卓球 ちょっとフィット	スポーツ 塗り絵・ドリル・ペン字	7月			
昼食							
午後①	ゲートボール	レッツ脳トレ	工作	July			
午後②	園芸	ヨガ(講師)	ウォーキング	文月			
					7月になりいよいよ夏本番といった感じでしょうか？暑い日が続くと思いますが、熱中症に気を付けながら今月も元気いっぱい活動していきましょ～♪		

- * 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
- 15:40～16:00 終礼

