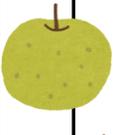
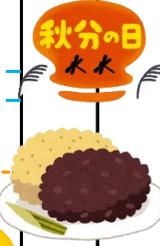
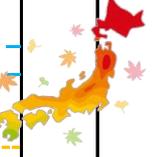


デイケアカレンダー 令和5年9月

	月	火	水	木	金	土	日
			9月になりました。朝晩は少し涼しくなってきましたがまだまだ暑い日は続きそうですね…。スポーツはもう少しの間だけ体育館はおあずけですかね…。暑さに負けず今月も元気に活動していきましょう♪		1日 塗り絵・ドリル・ペン字 パソコン相談 音楽鑑賞 Wii ダンベル体操	2日  	3日
	4日	5日	6日	7日	8日	9日	10日
午前	トランプ 麻雀	卓球 ちょっとフィット	スポーツ(卓球) 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 パソコン相談	無料健康相談	
昼食							
午後①	歌声喫茶 Wii 	キウイクラブ・手芸 (エスカレートする怒り)	工作	手芸 パズル	レクリエーション		
午後②			ウォーキング	プラモデル	ダンベル体操		
	11日	12日	13日	14日	15日	16日	17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(卓球) 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 パソコン相談 スマホ相談		
昼食							
午後①	ゲートボール	レッツ脳トレ 手芸	工作	手芸・パズル	音楽鑑賞		
午後②		ヨガ(講師)	ウォーキング		Wii ダンベル体操		
	18日	19日	20日	21日	22日	23日	24日
午前			スポーツ(卓球) 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 パソコン相談		
昼食							
午後①	話そう会 手芸		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		
	25日	26日	27日	28日	29日	30日	
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(卓球) 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 パソコン相談 スマホ相談		
昼食							
午後①	ゲートボール	レッツ脳トレ 手芸	工作	手芸・パズル	合唱		
午後②	ベランダ園芸	ヨガ(講師)	ウォーキング		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。

※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 | 12:40～踏み台昇降 |
| 10:15 ラジオ体操 | 13:30～午後プログラム① |
| 10:20 朝礼 | 14:30～午後プログラム② |
| 10:30～11:30 午前プログラム | (ヨガのみ14:40～) |
| 11:50～12:00 ダンス | 15:40～16:00 終礼 |
| 12:10～12:40 昼食支援 | |