

# デイケアカレンダー 令和3年8月

	月 2日	火 3日	水 4日	木 5日	金 6日	土 7日	日 8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 パソコン講座 スマホ講座		山の日 山の日
昼食							
午後①	ゲートボール	レッツ脳トレ	工作 ウォーキング	手芸 パズル プラモデル	音楽鑑賞 Wii ダンベル体操		
午後②	作品展	ヨガ(講師)					
	9日	10日	11日	12日	13日	14日	15日
午前	振替休日	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 パソコン講座		
昼食							
午後①		キウイクラブ (コロナ下での生活)	工作 ウォーキング	手芸・パズル プラモデル 映画鑑賞	レクリエーション ダンベル体操		
午後②		ヨガ(講師)					
	16日	17日	18日	19日	20日	21日	22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 パソコン講座 スマホ講座		
昼食							
午後①	ゲートボール	レッツ脳トレ	工作 ウォーキング	手芸 パズル プラモデル	合唱 Wii ダンベル体操		
午後②	身体計測 (一週間)	かき氷					
	23日	24日	25日	26日	27日	28日	29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 パソコン講座		
昼食							
午後①	ゲートボール	話そう会	工作 ウォーキング	手芸・パズル プラモデル 映画鑑賞	レクリエーション ダンベル体操		
午後②		ヨガ(講師)					
	30日	31日					
午前	トランプ 人生ゲーム	卓球 シンプルゲーム	夏真っ盛り。毎日暑いですが、 こんな時は冷たいものが非常に おいしく感じますが、冷たいもの の摂りすぎにはくれぐれもご注 意ください。暑さに負けず、元 気に活動していきましょう♪		8月 葉月		
昼食							
午後①	ゲートボール	レッツ脳トレ					
午後②		ヨガ(講師)					

- \* 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 昼食支援
- 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