

# デイケアカレンダー 令和6年5月

	月	火	水	木	金	土	日
		5月になりました。新緑のように…とは言いませんが、今月も爽やかに元気いっぱい活動していきましょう♪	1日 スポーツ 塗り絵・ドリル・ペン字	2日 ミーティング 健康体操	3日  3日  憲法記念日 	4日・5日 こどもの日  みどりの日 	
午前 昼食 午後 ① ②			工作 ウォーキング	手芸・パズル プラモデル 映画鑑賞 			
	6日	7日	8日 	9日	10日	11日	12日
午前 昼食 午後 ① ②	<b>振替休日</b>	卓球 ちょっとフィット	グランドゴルフ  ※雨天時 通常プログラム	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		<b>母の日</b> 
		キウイクラブ (考え方のクセ②) ヨガ(講師)	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 園芸		
	13日	14日	15日	16日	17日	18日	19日
午前 昼食 午後 ① ②	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		
	歌声喫茶 Wii  身体計測 (一週間) 	レッツ脳トレ ヨガ(講師)	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		
	20日	21日	22日	23日	24日	25日	26日
午前 昼食 午後 ① ②	トランプ 麻雀	卓球 ちょっとフィット	グランドゴルフ(予備) 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		
	ゲートボール	話そう会 ヨガ(講師)	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 園芸		
	27日	28日	29日	30日	31日		
午前 昼食 午後 ① ②	テーブルゲーム	卓球 ちょっとフィット	グランドゴルフ(予備) 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		
	歌声喫茶 Wii 	レッツ脳トレ ヨガ(講師)	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		

- \* 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	15:40～16:00 終礼
11:50～12:00 ダンス	
12:10～12:40 昼食支援	