

デイケアカレンダー 令和2年10月

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|-----|---|--------------------|---------------------|--------------------|---------------------|---------------|-----|
| | | | | 1日 | 2日 | 3日 | 4日 |
| 午前 | 天高く、馬肥ゆる秋♪食欲の秋♪スポーツの秋♪読書の秋♪芸術の秋♪皆さんはどの秋がお好きですか？ | | | ミーティング 健康体操 | 塗り絵・ドリル・ペン字 パソコン | | |
| 昼食 | | | | 手芸 パズル プラモデル | 音楽鑑賞 Wii | | |
| 午後① | | | | | ダンベル体操 | | |
| 午後② | | | | | | | |
| | 5日 | 6日 | 7日 | 8日 | 9日 | 10日 | 11日 |
| 午前 | トランプ 麻雀 | 自主活動 | 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 | | |
| 昼食 | | | | 手芸・パズル プラモデル | レクリエーション | | |
| 午後① | ゲートボール | キウイクラブ (不安への対処) | 工作 | 映画鑑賞 | ダンベル体操 | | |
| 午後② | | | | | | | |
| | 12日 | 13日 | 14日 | 15日 | 16日 | 17日 | 18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 | | |
| 昼食 | | | | 手芸 パズル プラモデル | 音楽鑑賞 Wii | | |
| 午後① | ゲートボール | 認知症予防 | 工作 | 映画鑑賞 | ダンベル体操 | | |
| 午後② | | | | | | | |
| | 19日 | 20日 | 21日 | 22日 | 23日 | 24日 | 25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 | | |
| 昼食 | | | | 手芸・パズル プラモデル | レクリエーション | | |
| 午後① | ゲートボール | ザ・茶話会 | 工作 | 映画鑑賞 | ダンベル体操 | | |
| 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 | 30日 | 31日 | |
| 午前 | トランプ 人生ゲーム | 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 | HALLOWEEN | |
| 昼食 | | | | 手芸 パズル プラモデル | 合唱 Wii | | |
| 午後① | ゲートボール | 認知症予防 | 工作 | 映画鑑賞 | ダンベル体操 | | |
| 午後② | | | | | | | |

- * 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