



デイケアカレンダー 令和6年4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		
昼食								
午後	①	歌声喫茶 Wii	キウイクラブ (考え方のクセ①)	花見 (金沢市民芸術村)	花見 (金沢市民芸術村)	音楽鑑賞 Wii		
	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		臨時閉所	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		
昼食								
午後	①		レッツ脳トレ	工作	手芸・パズル プラモデル	レクリエーション		
	②		ヨガ(講師)	ウォーキング	映画鑑賞	ダンベル体操		
		15日	16日	17日	18日	19日	20日	21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		
昼食								
午後	①	ゲートボール	話そう会	工作	手芸 パズル プラモデル	合唱 Wii		
	②	身体計測 (一週間)	ヨガ(講師)	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		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		
昼食								
午後	①	歌声喫茶 Wii	レッツ脳トレ	工作	手芸・パズル プラモデル	レクリエーション		
	②		ヨガ(講師)	ウォーキング	映画鑑賞	ダンベル体操		
		29日	30日			4月になって一気に春らしくなりましたね～。新しい年度となり心機一転といった感じでしょうか。 今月も元気に活動していきましょう♪		
午前		みどりの日	卓球 ちょっとフィット					
昼食								
午後	①		歌声喫茶					
	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。

※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 | |