

# デイケアカレンダー 令和2年9月

	月	火 1日	水 2日	木 3日	金 4日	土 5日	日 6日
午前		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							
午後①		キウイクラブ (『間』をはかる)	工作 ウォーキング	手芸 パズル	音楽鑑賞 Wii		
午後②		ヨガ(講師)	<b>かき氷</b> 	プラモデル	ダンベル体操		
	7日	8日	9日	10日	11日	12日	13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							
午後①	ゲートボール	認知症予防	工作	手芸・パズル プラモデル	レクリエーション		
午後②		ヨガ(講師)	ウォーキング	<b>映画鑑賞</b>	ダンベル体操		
	14日	15日	16日	17日	18日	19日	20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							
午後①	ゲートボール	ザ・茶話会	工作	手芸 パズル	合唱 Wii		
午後②	<b>身体計測 (一週間)</b> 	ヨガ(講師)	ウォーキング	プラモデル	ダンベル体操		
	21日	22日	23日	24日	25日	26日	27日
午前	<b>敬老の日</b> 	<b>秋分の日</b> 	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							
午後①			工作	手芸・パズル プラモデル	レクリエーション		
午後②			ウォーキング	<b>映画鑑賞</b>	ダンベル体操		
	28日	29日	30日	9月			
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				
昼食						<b>気付けばもう9月。暑い日はまだ続きそうですが、少しずつ涼しくなってくると嬉しいですね♪</b> 	
午後①	ゲートボール	認知症予防	工作				
午後②		ヨガ(講師)	ウォーキング				

- \* 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
  - ・対処方法を学ぶ
  - ・集中力Up
  - ・体力Up ……など様々です。

※「シンプルゲーム」はルール簡単なゲームです。

### 1日の流れ

9:30 開所	13:30~ 午後プログラム①
10:15 ラジオ体操	14:40~ 午後プログラム② (ヨガのみ14:30~)
10:20 朝礼	15:40~16:00 終礼
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	