## ※ディケアカレンダー 令和 2 年 9 月 ※

		1 110			7 11	T	UNIN"
	月	火	水	木	金	±	日
		1日	2日	3日	4日	5日	6日
午		卓球	スポーツ	ミーティング	塗り絵・ドリル・ペン字		
前	*	シンプルゲーム	塗り絵・ドリル・ペン字	健康体操	パソコン		7
	*						20
昼食		キウイクラブ	工作	  手芸	立必使告	7	
午①	*	<del>イ・ノイソフノ</del>  (『間』をはかる)	上TF ウォーキング		音楽鑑賞 Wii	200	
後 ②	00	ヨガ(講師)	かき氷	プラモデル	VV.! ダンベル体操		
	7日	8日	9日	10日	11日	12日	13日
	<b>/ ロ</b> トランプ		スポーツ	ミーティング	塗り絵・ドリル・ペン字	14 H	1014
午	麻雀	シンプルゲーム	へハ・フ  塗り絵・ドリル・ペン字		パソコン		
前	NA E				/ / / - / - /		
昼食							3
<b>午</b> ①	ゲートボール	認知症予防	工作	手芸・パズル	レクリエーション		
後		ー 1×7=# 6エヽ		プラモデル	<b>₩</b>		
2		ヨガ(講師)	ウォーキング	映画鑑賞	ダンベル体操		
	14日	15日	16日	17日	18日	19日	20日
午	トランプ	卓球	スポーツ	ミーティング	塗り絵・ドリル・ペン字		
前	ウノ	シンプルゲーム	塗り絵・ドリル・ペン字		パソコン		
昼食				健康体操			
	ゲートボール	ザ·茶話会	 工作		 合唱		
午①	身体計測			パズル	Wii		
後 ②		ヨガ(講師)	ウォーキング	プラモデル	ダンベル体操		
	01 🗆	00 🗆	00 🗆	040	ОБП	00 🗆	07.17
	21日	22日	<b>23日</b> スポーツ	<b>24日</b> ミーティング	<b>25日</b> 塗り絵・ドリル・ペン字	26日	27日
午	敬	秋	ヘハーフ  塗り絵・ドリル・ペン字	= 1129	パソコン		
前	$\mathcal{A} \neq \mathcal{K}$	分分分	空り板・ドリル・ハンチ	健康体操	<i>///</i>		
昼食				注		P.O.	A Ch-
午 ①		Ø	工作	手芸・パズル	レクリエーション	5122	-1-1-
後				プラモデル	-	1	-
2			ウォーキング	映画鑑賞	ダンベル体操		
	28日	29日	30日		0		
午	トランプ	卓球	スポーツ	•			
前	人生ゲーム	シンプルゲーム	塗り絵・ドリル・ペン字	FFF			
昼食				気付けばもう9月	3 是八日が去		
	ゲートボール	認知症予防	工作	だまだ続きそうで	_	~	
午①		1 17 J		つ涼しくなってく		3	B
後 ②		ヨガ(講師)	ウォーキング	すね♪	1130901.0		
				7 10 5			

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

## 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

※「シンプルゲーム」はルールの簡単なゲームです。