



デイケアカレンダー 令和3年2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 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	キウイクラブ (まあいっか思考)	工作	手芸・パズル プラモデル	音楽鑑賞 Wii		
午後②		ヨガ(講師)	ウォーキング	映画鑑賞	ダンベル体操		
	8日	9日	10日	11日	12日	13日	14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	建国記念の日	塗り絵・ドリル・ペン字 パソコン	HAPPY VALENTINE'S DAY!	
昼食							
午後①	ゲートボール	認知症予防	工作		レクリエーション		
午後②		ヨガ(講師)	ウォーキング		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 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 身体計測 (一週間)	ザ・茶話会	工作	手芸・パズル プラモデル	合唱 Wii		
午後②		ヨガ(講師)	ウォーキング	映画鑑賞	ダンベル体操		
	22日	23日	24日	25日	26日	27日	28日
午前	トランプ 人生ゲーム	天皇誕生日	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		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		ダンベル体操		
午前			まだまだ寒い日が続きますが、今月も元気よく活動していきましょう♪				
昼食							
午後①							
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	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
10:20 朝礼	(ヨガのみ14:30～)
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	
12:40～踏み台昇降	