



デイケアカレンダー

令和 5 年 2 月



	月	火	水	木	金	土	日
			1日	2日	3日	4日	5日
午前			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 パソコン相談 スマホ相談		
昼食							
午後 ①			工作	手芸・パズル プラモデル	音楽鑑賞 Wii		
午後 ②			ウォーキング	映画鑑賞	ダンベル体操 節分(終礼時)		
	6日	7日	8日	9日	10日	11日	12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 パソコン相談		
昼食							
午後 ①	ゲートボール	キウイクラブ・手芸 (継続は力なり)	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) ボードゲーム	ウォーキング		ダンベル体操		
	13日	14日	15日	16日	17日	18日	19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 パソコン相談 スマホ相談		
昼食							
午後 ①	ゲートボール	レッツ脳トレ 手芸	工作	手芸・パズル プラモデル	合唱 Wii		
午後 ②	身体計測 (一週間)	ヨガ(講師)	ウォーキング	映画鑑賞	ダンベル体操		
	20日	21日	22日	23日	24日	25日	26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	天皇誕生日	塗り絵・ドリル・ペン字 パソコン相談		
昼食							
午後 ①	ゲートボール	話そう会 手芸	工作		レクリエーション		
午後 ②		ヨガ(講師)・ボードゲーム	ウォーキング		ダンベル体操		
	27日	28日					
午前	トランプ 人生ゲーム	卓球 シンプルゲーム	2月になりました。先日の寒波 は大変でした。近年稀にみ る・・・といった感じでしたしょう か。まだまだ寒い日が続きますが、 今月も元気に活動していきましょ う。				
昼食							
午後 ①	ゲートボール	レッツ脳トレ 手芸					
午後 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
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

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