



# デイケアカレンダー 令和8年5月



	月	火	水	木	金	土	日
					1日	2日	3日
午前	5月になりました。 緑萌ゆる新緑の季節、活動するにはもってこいの爽やかな季節♪				塗り絵 ドリル ペン字	憲法記念日	
昼食	先月に引き続きプログラムの調整中ではありますが、今月も元氣よく活動していきましょう♪				ダンベル体操	5/3(日) 憲法記念日 (けんぽう きねんび)	
午後①					歌声喫茶 パズル		
午後②							
	4日	5日	6日	7日	8日	9日	10日
午前	みどりの日		振替休日		ミーティング	母の日	
昼食	こどもの日				健康体操	5/10(日) 母の日 (ははのひ)	
午後①					手芸 パズル プラモデル		
午後②					ダンベル体操 テーブルゲーム		
	11日	12日	13日	14日	15日	16日	17日
午前	トランプ 麻雀	キウイクラブ (認知のバイアス)	グラウンドゴルフ (雨天特別日)	ミーティング	塗り絵 ドリル ペン字	5/16(土) 旅の日 (たびのひ)	
昼食				健康体操			
午後①	合唱 Wii	卓球 ストレッチ	テーブルゲーム	手芸・パズル プラモデル	ダンベル体操		
午後②	園芸		ウォーキング	映画鑑賞	音楽鑑賞 パズル		
	18日	19日	20日	21日	22日	23日	24日
午前	工作	脳トレ	スポーツ 塗り絵 ドリル・ペン字	ミーティング	塗り絵 ドリル ペン字	5/24(日) 伊達巻の日 (だてまきのひ)	
昼食				健康体操			
午後①	ゲートボール (グラウンドゴルフ予備日)	卓球 ストレッチ	トランプ	手芸 パズル プラモデル	ダンベル体操		
午後②			ウォーキング 園芸	プラモデル	テーブルゲーム		
	25日	26日	27日	28日	29日	30日	
午前	工作 麻雀	話そう会	スポーツ 塗り絵 ドリル・ペン字	ミーティング	塗り絵 ドリル ペン字	雨天対応	
昼食				健康体操			
午後①	レクリエーション	卓球 ストレッチ	テーブルゲーム	手芸・パズル プラモデル	ダンベル体操		
午後②			ウォーキング	映画鑑賞	音楽鑑賞 パズル		

- \* 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
- 12:40~踏み台昇降
- 13:30~午後プログラム①
- 14:30~午後プログラム②
- 15:40~16:00 終礼