



デイケアカレンダー 令和8年7月



		月	火	水	木	金	土	日
				1日	2日	3日	4日	5日
午前	朝食	7月 July 文月	7月、星祭の候と なりました。そろ そろ梅雨もあけて 夏一番!!といった 感じですかね。暑 さに負けず今月も 元気よく活動して いきましょう♪	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		7/4(土) 梨の日 (なしのひ)
	午後			① トランプ	手芸・パズル プラモデル	ダンベル体操 歌声喫茶		
		6日	7日	8日	9日	10日	11日	12日
午前	朝食	工作	キウイクラブ (完璧主義)	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		7/12(日) ラジオ本放送 の日 (らじおほんほ うどうのひ)
	午後	① ゲートボール	卓球 ストレッチ	トランプ テーブルゲーム ウォーキング 園芸	手芸 パズル プラモデル	ダンベル体操 音楽鑑賞 パズル		
		13日	14日	15日	16日	17日	18日	19日
午前	朝食	トランプ 麻雀	脳トレ	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	無料健康相談	
	午後	① レクリエーション	卓球 ストレッチ	トランプ (工作) ウォーキング 園芸	手芸・パズル プラモデル	ダンベル体操 歌声喫茶		
		20日	21日	22日	23日	24日	25日	26日
午前	朝食	 海の日	話そう会	卓球 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		7/25(土) かき氷の日 (かきごあ りのひ)
	午後		① 卓球 ストレッチ	トランプ (工作) ウォーキング 園芸	手芸 パズル プラモデル	ダンベル体操 音楽鑑賞 パズル		
		27日	28日	29日	30日	31日	8/1	8/2
午前	朝食	工作	脳トレ	卓球 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		
	午後	① 合唱 Wii	卓球 ストレッチ	トランプ テーブルゲーム ウォーキング 園芸	手芸・パズル プラモデル	ダンベル体操 レクリエーション		

(※スポーツは熱中症警戒アラートが警戒レベル以上となった場合は中止、卓球へ変更)

- * 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 | 12:10~12:40 昼食プログラム |
| 10:15 ラジオ体操 | 12:40~ 踏み台昇降 |
| 10:20 朝礼 | 13:30~ 午後プログラム① |
| 10:30~11:30 午前プログラム | 14:30~ 午後プログラム② |
| 11:50~12:00 ダンス | 15:40~16:00 終礼 |