

平成29年

10月

デイ・ナイトケア月間プログラム

	月 2	火 3	水 4	木 5	金 6
A m	サザエさん体操（座位） 自由空間 卓球部練習	ウェルネス体操（中級） 自由空間	サザエさん体操（立位） 自由空間	健康チェック ウェルネス体操（初級） 自由空間	ミーティング ラジオ体操 自由空間
P m	DNC軽スポーツ スカットボール ソフトバレー部練習	ヨガ教室（DC棟） 体操タイム フットサル練習	クラブ活動	合同スポーツ 1）バドミントン 2）ドッジビー 3）書道教室	まったり ティータイム 健康サークル
ナイト・プログラム					
	9	10	11	12	13
A m	体育の日	ウェルネス体操（座位） 自由空間	サザエさん体操（立位） 自由空間	健康チェック ウェルネス体操（初級） 自由空間	ミーティング ラジオ体操 自由空間
P m		エアロビ教室（DC棟） 体操タイム フットサル練習	クラブ活動	合同スポーツ 1）ラケットテニス 2）ターゲットパタンク 3）季節の飾りづくり	温泉へ行こう！ （紅葉の湯） まったりティータイム 健康サークル
ナイト・プログラム					
	16	17	18	19	20
A m	サザエさん体操（座位） 自由空間 卓球部練習	ウェルネス体操（中級） 自由空間	健康チェック サザエさん体操（立位） 自由空間	ウェルネス体操（初級） 自由空間 斗南藩記念 観光村ツアー	ミーティング ラジオ体操 自由空間
P m	DNC軽スポーツ 輪投げ ソフトバレー部練習	ヨガ教室（DNC棟） 脳トレ フットサル練習	クリーンタイム	1）エンジョイパスラリー 2）ゲーゴルゲーム 3）ストレッチ体操	まったり ティータイム 健康サークル
ナイト・プログラム					
	23	24	25	26	27
A m	サザエさん体操（座位） 自由空間 卓球部練習	ウェルネス体操（中級） 自由空間	サザエさん体操（立位） 自由空間	健康チェック ウェルネス体操（初級） 自由空間	ミーティング ラジオ体操 自由空間
P m	ペットボウリング ソフトバレー部練習	体操タイム 温泉へ行こう！ （十和田温泉） フットサル練習	しまむら 買い物外出 自由空間	合同スポーツ 1）ソフトバレー 2）パタンク 3）表現療法	まったり ティータイム 健康サークル
ナイト・プログラム					夕暮れ買い物
	30	31			
A m	サザエさん体操（座位） 自由空間 卓球部練習	ウェルネス体操（中級） 自由空間			
P m	DNC軽スポーツ カローリング ソフトバレー部練習	ピラティス教室（DC棟） 体操タイム フットサル練習			
ナイト・プログラム					