

平成30年

2月

## デイケア月間プログラム

	月	火	水	木	金
				1	2
A m				健康チェック サザエさん体操(立位) ラジオ体操 自由空間	健康チェック サザエさん体操(立位) ラジオ体操 自由空間
P m				ラケットテニス 座ってポン ストレッチ体操	節分レク
	5	6	7	8	9
A m	健康チェック ウェルネス体操(初級) ラジオ体操 自由空間・卓球部練習	健康チェック ウェルネス体操(初級) ラジオ体操 自由空間	健康チェック ウェルネス体操(初級) ラジオ体操 自由空間	健康チェック ウェルネス体操(初級) ラジオ体操 自由空間	健康チェック ウェルネス体操(初級) ラジオ体操 自由空間
P m	ソフトバレー練習 脳トレ・手作りタイム	ヨガ教室(DC棟) フットサル 体操タイム	セミナー	ソフトバレー ペタンク 書道教室	温泉ツアー(十和田温泉) 自由空間 当事者研究
	12	13	14	15	16
A m	振替休日	健康チェック ウェルネス体操(中級) ラジオ体操 自由空間	健康チェック ウェルネス体操(中級) ラジオ体操 自由空間	健康チェック ウェルネス体操(中級) ラジオ体操 自由空間	健康チェック ウェルネス体操(中級) ラジオ体操 自由空間
P m		エアロビ教室 フットサル 体操タイム	バレンタインレク	エンジョイパスラリー カローリング 表現療法	脳トレ・手作りタイム 当事者研究
	19	20	21	22	23
A m	健康チェック サザエさん体操(座位) ラジオ体操 自由空間・卓球部練習	健康チェック サザエさん体操(座位) ラジオ体操 自由空間	健康チェック サザエさん体操(座位) ラジオ体操 自由空間	健康チェック サザエさん体操(座位) ラジオ体操 自由空間	健康チェック サザエさん体操(座位) ラジオ体操 自由空間
P m	ソフトバレー練習 SST 脳トレ・手作りタイム	ヨガ教室(DNC棟) フットサル 体操タイム	座ポン	ボウリング大会 自由空間	温泉ツアー(紅葉の湯) DVD鑑賞 脳トレ・手作りタイム
	26	27	28		
A m	健康チェック サザエさん体操(立位) ラジオ体操 自由空間・卓球部練習	健康チェック サザエさん体操(立位) ラジオ体操 自由空間	健康チェック サザエさん体操(立位) ラジオ体操 自由空間		
P m	ソフトバレー練習 SST 脳トレ・テーブルゲーム	ピラティス教室 フットサル 体操タイム	クリーンタイム& ティータイム		