

平成30年

4月

## デイ・ナイトケア月間プログラム

	月	火	水	木	金
	2	3	4	5	6
A m	ウェルネス体操（初級） 自由空間 卓球部練習	サザエさん体操（座位） 自由空間	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	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 （DNC棟） フットサル練習	レクリエーション	合同軽スポーツ 1）バドミントン 2）ゲーブルゲーム 3）ストレッチ	ゆったりティータイム 温泉へ行こう！ （紅葉の湯）
ナイト・プログラム	自由空間	自由空間	自由空間	自由空間	自由空間
	9	10	11	12	13
A m	ウェルネス体操（初級） 自由空間 卓球部練習	サザエさん体操（座位） 自由空間	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	ミーティング ラジオ体操 自由空間
P m	DNC軽スポーツ 「ペットボウリング」 ソフトバレー部練習	ウォークエアロビクス （DC棟） 体操タイム（DNC棟） フットサル練習	セミナー 社会資源プログラム についての説明 会	脳トレ	ゆったりティータイム 社会資源プログラム （金融機関巡り）
ナイト・プログラム	自由空間	自由空間	自由空間	自由空間	自由空間
	16	17	18	19	20
A m	ウェルネス体操（初級） 自由空間 卓球部練習	サザエさん体操（座位） 自由空間	ウェルネス体操（中級） 自由空間 フットサル交流会	健康チェック サザエさん体操（立位） 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 「ドッチビー」 ソフトバレー部練習	ヨガ教室（DNC棟） 体操タイム （DC棟） フットサル練習	レクリエーション	合同軽スポーツ 1）卓球 2）ターゲットペタンク 3）書道教室	ゆったりティータイム
ナイト・プログラム	自由空間	自由空間	自由空間	自由空間	夕暮れ買物ツアー
	23	24	25	26	27
A m	ウェルネス体操（初級） 自由空間 卓球部練習	サザエさん体操（座位） 自由空間	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	ミーティング ラジオ体操 自由空間
P m	DNC軽スポーツ 「ペタンク」 ソフトバレー部練習	ピラティス教室 （DC棟） 体操タイム（DNC棟） フットサル練習	ゆったりティータイム 温泉へ行こう！ （モリランド）	クリーンタイム	お花見 （五戸ひばり野公園 まきば温泉）
ナイト・プログラム	自由空間	自由空間	自由空間	自由空間	自由空間
	30				
A m	振替休日				
P m					
ナイト・プログラム					