

平成30年 4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	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) ゲーゴルゲーム 3) ストレッチ	まつたりティータイム 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	ウォーカエアロビクス (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	まつたりティータイム 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 「ドッヂビー」 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	まつたりティータイム
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	まつたりティータイム 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					