

平成30年

10月

デイケア月間プログラム

	月	火	水	木	金
	1	2	3	4	5
A m	健康チェック ヤングマン体操 ラジオ体操(第1) 自由空間 卓球部練習	健康チェック ラジオ体操(第3) ラジオ体操(第1) 自由空間	健康チェック ラジオ体操(第3) ラジオ体操(第1) 自由空間	健康チェック ラジオ体操(第3) ラジオ体操(第1) 自由空間	健康チェック ヤングマン体操 ラジオ体操(第1) 自由空間
P m	ソフトバレー練習 脳トレ・手作り	ヨガ教室(DC棟) フットサル ウォーキング	ハロウィン飾り作り ～トリックorトリート～	1)バトミントン 2)ドッチビー 3)飾り作り	まったりティータイム 温泉ツアー 「紅葉の湯」
	8	9	10	11	12
A m	 体育の日	健康チェック ヤングマン体操 ラジオ体操(第1) 自由空間	健康チェック ラジオ体操(第3) ラジオ体操(第1) 自由空間	健康チェック ヤングマン体操 ラジオ体操(第1) 自由空間	外出行事 「遠くに出かけよう！」
P m		エアロビ教室(DC棟) フットサル ウォーキング	健康クラブ レクリエーション 「グランドゴルフ」	1)フライングディスク 2)ペタンク	
	15	16	17	18	19
A m	健康チェック ラジオ体操(第3) ラジオ体操(第1) 自由空間 卓球部練習	健康チェック ヤングマン体操 ラジオ体操(第1) 自由空間	健康チェック ヤングマン体操 ラジオ体操(第1) 自由空間	健康チェック ラジオ体操(第3) ラジオ体操(第1) 自由空間 家族交流会	健康チェック ラジオ体操(第3) ラジオ体操(第1) 自由空間
P m	ソフトバレー練習 脳トレ・手作り	ヨガ教室(DNC棟) フットサル ウォーキング	しまむら買い物ツアー 自由空間	1)エンジョイパスラリー 2)ゲーゴルゲーム	まったりティータイム 温泉ツアー 「一本木沢温泉」
	22	23	24	25	26
A m	健康チェック ラジオ体操(第3) ラジオ体操(第1) 自由空間 卓球部練習	健康チェック ヤングマン体操 ラジオ体操(第1) 自由空間	健康チェック ラジオ体操(第3) ラジオ体操(第1) 自由空間	健康チェック ヤングマン体操 ラジオ体操(第1) 自由空間	健康チェック ラジオ体操(第3) ラジオ体操(第1) 自由空間
P m	ソフトバレー練習 脳トレ・手作り	フットサル 体操タイム	健康クラブ DVD鑑賞 自由空間	1)ソフトバレー 2)ターゲットペタンク 3)ボッチャ	まったりティータイム
	29	30	31		
A m	健康チェック ヤングマン体操 ラジオ体操(第1) 自由空間 卓球部練習	健康チェック ラジオ体操(第3) ラジオ体操(第1) 自由空間	健康チェック ヤングマン体操 ラジオ体操(第1) 自由空間		
P m	ソフトバレー練習 脳トレ・手作り	ピラティス教室(DC棟) フットサル 体操タイム	クリーンタイム		