

平成30年

12月

デイケア月間プログラム

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|-----|------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|------------------------------------------|----------------------------------------------------|
| | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| A m | 創立記念日 | 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 | 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 | | ヨガ教室(DC棟) フットサル 体操タイム | 卓球バレー | 農園お疲れ様会 飾り作り | 脳トレ 手作りタイム |
| | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 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 | エアロビ教室 フットサル 体操タイム | 温泉ツアー 「一本木沢温泉」 自由空間 | 卓球 カローリング | 当研 まったりティータイム |
| | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| A m | 健康チェック ラジオ体操(第3、第1) 自由空間 体育館大掃除 運動部お疲れ様会 | 健康チェック ラジオ体操(第3) ラジオ体操(第1) 自由空間 | 健康チェック ラジオ体操(第3) ラジオ体操(第1) クリスマス会 | 健康チェック ラジオ体操(第3) ラジオ体操(第1) 自由空間 | 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 脳トレ・手作り | ヨガ教室(DNC棟) フットサル 体操タイム | | ソフトバレー ゲーゴルゲーム 書道教室 | まったりティータイム |
| | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| A m | 振替休日 | 健康チェック ウェルネス体操(座位) ラジオ体操 自由空間 | 健康チェック ウェルネス体操(座位) ラジオ体操 自由空間 | 健康チェック ウェルネス体操(座位) ラジオ体操 自由空間 | 健康チェック ウェルネス体操(座位) ラジオ体操 自由空間 年末買い物ツアー |
| P m | | ピラティス フットサル 体操タイム | 温泉ツアー 「紅葉の湯」 自由空間 | クリーンタイム | まったりティータイム |
| | 31 | | | | |
| A m | 年末休業 |  | | | |
| P m | | | | | |