

平成31年

2月

デイケア月間プログラム

	月	火	水	木	金
					1
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
P m					まったりティータイム
	4	5	6	7	8
A m	健康チェック ウェルネス体操(座位) 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(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
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 体操タイム	飾りづくり 脳トレ	ボッチャ ドッチビー	温泉ツアー (紅葉の湯) まったりティータイム
	11	12	13	14	15
A m	2.11  建国記念日				健康チェック ウェルネス体操(中級) ラジオ体操 自由空間
P m					エアロビ教室 フットサル 体操タイム
	18	19	20	21	22
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 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 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) フットサル 体操タイム	ボウリング大会	フライングディスク 座ってボン	温泉ツアー (紅葉の湯) まったりティータイム
	25	26	27	28	
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	
P m	ソフトバレー練習 脳トレ・手作り	ピラティス教室 フットサル	クリーンタイム	書道教室 カローリング	