

平成31年

4月

デイ・ナイトケア月間プログラム

	月	火	水	木	金
	1	2	3	4	5
A m	ウェルネス体操（初級） 自由空間	ウェルネス体操（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（座位） 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 ターゲットパタンク ソフトバレー部練習	ヨガ教室 （DC棟） 散歩 フットサル練習	温泉外出 （紅葉の湯） 自由空間	合同軽スポーツ 座ポン ゲーゴルゲーム	ま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	自由空間
	8	9	10	11	12
A m	ウェルネス体操（初級） 自由空間	ウェルネス体操（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（座位） 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	エアロビ教室 （DC棟） 散歩 フットサル練習	テーブルゲーム	合同軽スポーツ ボッチャ パタンク	まったりティータイム 買い物ツアー （ユニバース西店）
ナイト・プログラム	自由空間	自由空間	温泉外出（ポニー温泉）	自由空間	自由空間
	15	16	17	18	19
A m	ウェルネス体操（初級） 自由空間	ウェルネス体操（座位） 自由空間	ウェルネス体操（中級） 調理実習	健康チェック サザエさん体操（座位） 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 輪投げ 金融機関巡り ソフトバレー部練習	ヨガ教室 （DNC棟） 散歩 フットサル練習	自由空間	合同軽スポーツ ターゲットパタンク ドッチビー 書道教室	まったりティータイム 温泉外出 （一本木沢温泉）
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
	22	23	24	25	26
A m	ウェルネス体操（初級） 自由空間	ウェルネス体操（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（座位） 自由空間	ミーティング ラジオ体操 自由空間
P m	クリーンタイム	ピラティス教室 （DC棟） 散歩 フットサル練習	さよなら、平成 レクリエーション	合同軽スポーツ 卓球バレー カローリング 散歩	まったりティータイム いちょう公園& イオン下田買い物ツアー
ナイト・プログラム	自由空間	自由空間	自由空間	温泉外出（十和田温泉）	自由空間
	29	30			
A m	昭和の日	ウェルネス体操（座位） 自由空間			
P m		まったりティータイム 散歩			
ナイト・プログラム		自由空間			