

デイケア

2024年11月 月間予定表

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					▲環境整備(太極拳) 音楽セッション ペタンク ■新聞スクラップ リズム音楽 ▲ロング散歩(エアロビクス) study! ゲートボール	
3	4	5	6	7	8	9
文化の日	振替休日	▲園芸 ▲ピラティス入門 ゲートボール リサイクルアート ▲環境整備(ビリー体操) カラオケ パソコン教室(word) ペタンク	▲環境整備(初心者ダンス) ペタンク 塗り絵・写経教室(生け花) *生活の話 ゲートボール ■デイケア係 音楽鑑賞 ▲ロング散歩(ヨガ入門)	*講義 ▲軽スポーツ(お楽しみ会) ◆セルフでエステ らくがきクラブ ●ものづくり *◎就労準備プログラム 音楽鑑賞 モルック(ペルット)	▲環境整備(太極拳) 音楽セッション ペタンク ■新聞スクラップ リズム音楽 ▲ロング散歩(エアロビクス) study! ゲートボール	
		▲園芸 ▲ピラティス入門 ゲートボール リサイクルアート ▲環境整備(ビリー体操) カラオケ パソコン教室(word) ペタンク	▲環境整備(初心者ダンス) ペタンク 塗り絵・写経教室(生け花) *生活の話 ゲートボール ■デイケア係 音楽鑑賞 ▲ロング散歩(ヨガ入門)	*講義 ▲軽スポーツ(お楽しみ会) ◆セルフでエステ らくがきクラブ ●ものづくり *◎就労準備プログラム 音楽鑑賞 モルック(ペルット)	▲環境整備(太極拳) 音楽セッション ペタンク ■新聞スクラップ リズム音楽 ▲ロング散歩(エアロビクス) study! ゲートボール	
10	11	12	13	14	15	16
	音楽鑑賞 ▲ロング散歩(ビリー体操) ゲートボール *防災の話 ■デイケア係 ペタンク 笑っちゃおう!/芸術の秋 ▲環境整備(ヨガ)	▲園芸 ▲ピラティス入門 ゲートボール リサイクルアート ▲環境整備(ビリー体操) カラオケ パソコン教室(word) ペタンク	▲環境整備(初心者ダンス) ペタンク 塗り絵・写経教室(生け花) *生活の話 ゲートボール ■デイケア係 音楽鑑賞 ▲ロング散歩(ヨガ入門)	*講義 ▲軽スポーツ(お楽しみ会) ◆セルフでエステ らくがきクラブ ●ものづくり *◎就労準備プログラム 音楽鑑賞 モルック(ペルット)	▲環境整備(太極拳) 音楽セッション ペタンク ■新聞スクラップ リズム音楽 ▲ロング散歩(エアロビクス) study! ゲートボール	
17	18	19	20	21	22	23
	音楽鑑賞 ▲ロング散歩(ビリー体操) ゲートボール *防災の話 ■デイケア係 ペタンク 笑っちゃおう!/芸術の秋 ▲環境整備(ヨガ)	▲園芸 ▲ピラティス入門 ゲートボール リサイクルアート ▲環境整備(ビリー体操) カラオケ パソコン教室(word) ペタンク	▲環境整備(初心者ダンス) ペタンク 塗り絵・写経教室(生け花) *生活の話 ゲートボール ■デイケア係 音楽鑑賞 ▲ロング散歩(ヨガ入門)	*講義 ▲軽スポーツ(お楽しみ会) ◆セルフでエステ らくがきクラブ ●ものづくり *◎就労準備プログラム 音楽鑑賞 モルック(ペルット)	▲環境整備(太極拳) 音楽セッション ペタンク ■新聞スクラップ リズム音楽 ▲ロング散歩(エアロビクス) study! ゲートボール	勤労感謝の日
24	25	26	27	28	29	
	音楽セッション ▲ロング散歩(ビリー体操) ゲートボール *防災の話 ■デイケア係 ペタンク 笑っちゃおう!/芸術の秋 ▲環境整備(ヨガ)	▲園芸 ▲ピラティス入門 ゲートボール リサイクルアート ▲環境整備(ビリー体操) カラオケ パソコン教室(word) ペタンク	▲環境整備(初心者ダンス) ペタンク 塗り絵・写経教室(生け花) *生活の話 ゲートボール ■デイケア係 音楽鑑賞 ▲ロング散歩(ヨガ入門)	*講義 ▲軽スポーツ(お楽しみ会) ◆セルフでエステ らくがきクラブ ●ものづくり *◎就労準備プログラム 音楽鑑賞 モルック(ペルット)	▲環境整備(太極拳) 音楽セッション ペタンク ■新聞スクラップ リズム音楽 ▲ロング散歩(エアロビクス) study! ゲートボール	

1日のスケジュール	
08:55~	開場
09:05~	ミーティング
09:10~	ラジオ体操
09:25~	ストレッチ
09:30~	体幹体操
09:45~	散歩/しもやぎ体操
10:00~	午前プログラム
11:00~	散歩/動画の時間
11:40~	昼食
12:10~	昼休み
	防災グッズを作ろう
12:45~	しもやぎ体操
13:00~	午後プログラム
14:15~	散歩
14:30~	点呼
14:35~	ラジオ体操
14:45~	ミーティング

★:該当者のみ ◎:就労を目指している方 ●:デイケアに通所されたばかりの方に特におすすめです。◆:少人数のグループです(8名まで) *:講義
 ▲のついているプログラムは動きやすい恰好、汚れてもよい恰好で参加してくださいね。■はお話をしながら行っています。
 ●プログラムやルールの変更があります。随時連絡しますので、ミーティングで確認をお願いします。
 () 内のプログラムは雨天時に実施予定です。
 プログラムは3名以下の場合には実施しないことがあります。