



















# デイケア月間プログラム1月



	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
AM					1日
PM					
AM	4日 正月飾り (リース作り) 	5日 合同話し合い (2月の予定)	6日 Men's Day 健康体操(講師)	7日 女子力向上委員会	8日 ダンディクッキング
PM	ヨガ体操 (五十嵐先生) 	チャレンジタイム (ラジオ体操or スポーツ)	With Dr(白石) 『こころの元気+』 を読む会 	輪投げ大会 	合同スポーツ (ソフトバレー・卓球)
AM	11日 祝 成人の日	12日 パステル和アート (村西先生) 	13日 Men's Day	14日 女子力向上委員会	15日 ダンディクッキング ※就労P
PM		チャレンジタイム (踏み台昇降 or スポーツ)	With Dr(遠谷) 認定看護師(安部)	ダーツ大会 	合同スポーツ (バトミントン・卓球)
AM	18日 脳トレ 	19日 昼食会 (手巻き寿司) 	20日 Men's Day 健康体操(講師)	21日 女子力向上委員会	22日 ダンディクッキング
PM	ストレッチ体操 (佐藤先生) 	チャレンジタイム (トレーニングジム or スポーツ)	With Dr(白石) 外出体験 (ボーリング大会) 	フリスビー カーリング 	合同スポーツ (ソフトバレー・卓球)
AM	25日 DVD鑑賞 作業所見学 	26日 川柳大会 	27日 Men's Day カラオケ	28日 女子力向上委員会	29日 ダンディクッキング
PM	太極舞 (五十嵐先生) 	チャレンジタイム (ラジオ体操or スポーツ)	With Dr(遠谷) アロマ体験 (伊藤・佐藤先生) 	マジックナイン 	合同スポーツ (バトミントン・卓球) 

※院外レクは事前に申し込みが必要です。また、天候等の事情により日程や内容が変更になる場合がありますのでご了承ください。

※院外講師によるプログラムは講師の都合により日程変更になる場合がありますのでご了承ください。  
チャレンジタイムはラジオ体操、踏み台昇降など、運動を中心に取り組むプログラムです。

※このたびの就労Pは参加する方が決まっています。希望の方は次回になりますのでご了承ください。