



# デイケア月間プログラム2月



	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
AM	1日 カラオケ	2日 体力測定 	3日 節分宝探しゲーム 	4日 女子力向上委員会	5日 ダンディクッキング
PM	合同話し合い (3月の予定)	チャレンジタイム (踏み台昇降 or スポーツ)	With Dr(遠谷) Men's Day 健康体操(講師)	輪投げ大会 	合同スポーツ (ソフトバレー・卓球)
AM	8日 ダーツ大会 	9日 寒 鱈 汁 	10日 Men's Day	11日 祝 建国記念日	12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 		合同スポーツ (バトミントン・卓球)
AM	15日 脳トレ 	16日 パステル和アート (村西先生) 	17日 Men's Day 健康体操(講師)	18日 女子力向上委員会	19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 (トレーニングルーム or スポーツ)	With Dr(白石) 認定看護師(板垣)	ボウリング大会 	合同スポーツ (ソフトバレー・卓球)
AM	22日 外出体験 買い物 { ・しまむら ・ダイソー	23日 昼食会  (ロコモコ丼)	24日 Men's Day	25日 女子力向上委員会	26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) 	フリスビー カーリング 	合同スポーツ (バトミントン・卓球)
AM	29日 作業所見学(未定) DVD鑑賞 				
PM	マジックナイン 				

※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。