

デイケア ひかり 9月のプログラム予定表

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
	2	3	4	5	6	7	8
午前	SST	のんびりヨガ	演奏会リハーサル	かんたんリズム運動	エアロビクス・Zumba	休み	休み
	食事	食事	食事	食事	食事		
午後	楽しく体を使って脳トレ	陶芸・削り絵・麻雀・手芸	ハンドベル・オカリナ演奏会	ポッチャ・吹き矢	グラウンドヤード		
クラブ	麻雀・テーブルゲーム	削り絵・麻雀		麻雀・テーブルゲーム	カラオケ・散歩・麻雀・園芸		
	9	10	11	12	13	14	15
午前	WRAP入門	のんびりヨガ	調理実習：豆腐の蒲焼き	かんたんリズム運動	エアロビクス・Zumba	休み	休み
	食事	食事	食事	食事	食事		
午後	楽しく体を使って脳トレ	バス遠足：プラネタリウム	音楽療法	ポッチャ・吹き矢	フラダンス入門		
クラブ	麻雀・テーブルゲーム		カラオケ・麻雀	麻雀・テーブルゲーム	カラオケ・散歩・麻雀・園芸		
	16	17	18	19	20	21	22
午前	敬老の日	のんびりヨガ	調理実習：ズッキーニの肉味噌添え	かんたんリズム運動	エアロビクス・Zumba	休み	休み
		食事	食事	食事	食事		
午後		陶芸・削り絵・麻雀・手芸	音楽療法	ポッチャ・吹き矢	卓球		
クラブ		スイーツ作り・麻雀	カラオケ・麻雀	麻雀・テーブルゲーム	カラオケ・散歩・麻雀・園芸		
	23	24	25	26	27	28	29
午前	秋分の日	のんびりヨガ	調理実習：なすの肉巻き	かんたんリズム運動	調理実習	休み	休み
		食事	食事	食事	バーベキュー第2弾 炭火で旬の 秋刀魚を食べよう		
午後		陶芸・削り絵・麻雀・手芸	音楽療法	ポッチャ・吹き矢			
クラブ		スイーツ作り・麻雀	カラオケ・麻雀	麻雀・テーブルゲーム	Wiiスポーツ		
	30	個人面談	クラブ活動		デイケアの利用方法		
午前	IMR入門	3ヶ月毎に個人目標について 面談しています。	クラブ活動は目安として記載してありますが、 自主的に行なう時間ですので、自分のやりたい事を選 択できます。記載してない内容でも実施できます。 時間を有効活用できるよう工夫して活動しましょう。		デイケア（6時間利用） 9：30～15：30 ショートケア（3時間利用） 午前：9：30から 午後：12：30から		
	食事						
午後	夏フェス：ハントんライス	利用目的を明確にしていく為 に実施しています。					
クラブ							