

デイケア ひかり 5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			
	お知らせ		デイケアの利用方法		1	2	3			
午前	コロナウイルスによる外出自粛がありますが、手洗いうがい、 マスクなどでしっかり予防しましょう。 外出できない事でストレスや精神的に不安になったりと 精神面で崩れる事があるので、早めに対処していきましょう。		デイケア（6時間利用）		エアロビクス・Zumba	休み	休み			
			9：30～15：30		食事					
午後			ショートケア（3時間利用）		たこ焼きパーティー					
クラブ			午前：9：30から	午後：12：30から						
	4	5	6	7	8	9	10			
午前	みどりの日		こどもの日		振替休日		かんたんリズム運動	エアロビクス・Zumba	休み	休み
							食事	食事		
午後							ポッチャ・吹き矢	手作りマスク作成		
クラブ							麻雀・テーブルゲーム	カラオケ・散歩・麻雀・園芸		
	11	12	13	14	15	16	17			
午前	SST	のんびりヨガ	調理実習：簡単肉じゃが	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	音楽療法	ポッチャ・吹き矢	卓球					
クラブ	麻雀・テーブルゲーム	カラオケ・DVD鑑賞・スイーツ作り	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					
	18	19	20	21	22	23	24			
午前	WRAP入門	のんびりヨガ	調理実習：節約ふわふわ焼売	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	音楽療法	ポッチャ・吹き矢	グランドヤード					
クラブ	麻雀・テーブルゲーム	カラオケ・DVD鑑賞・スイーツ作り	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					
	25	26	27	28	29	30	31			
午前	IMR入門	のんびりヨガ	調理実習：豚ぺい焼き	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	陶芸・削り絵・麻雀・手芸	音楽療法	ポッチャ・吹き矢	フラダンス					
クラブ	麻雀・テーブルゲーム	カラオケ・DVD鑑賞・スイーツ作り	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					