

デイケア ひかり 8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
	3	4	5	6	7	8	9
午前	SST	のんびりヨガ	調理実習：フレンチトースト	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	ボッチャ・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		
	10	11	12	13	14	15	16
午前	お休み	のんびりヨガ	調理実習：至高のポテトサラダ	かんたんリズム運動	お休み	休み	休み
		食事	食事	食事			
午後		陶芸・削り絵・麻雀・手芸	音楽療法	ボッチャ・吹き矢			
クラブ		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			
	17	18	19	20	21	22	23
午前	お休み	のんびりヨガ	調理実習：鶏肉のチャーシュー	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	ボッチャ・吹き矢	フラダンス		
クラブ		カラオケ・DVD鑑賞・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		
	24	25	26	27	28	29	30
午前	当事者研究入門	のんびりヨガ	調理実習：夏野菜のだし浸し	かんたんリズム運動	夏祭り：屋台準備	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	ボッチャ・吹き矢	夏祭りだよ盆踊り		
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			
	31	お知らせ		個人面談	デイケアの利用方法		
午前	IMR入門	今年は猛暑になると予想されていますが、感染予防のためマスクの着用などで、例年以上に汗をかきやすく、脱水症や熱中症などの危険があります。適宜水分を取り、体調管理に気をつけましょう		3ヶ月毎に個人目標について面談しています。 利用目的を明確にしていく為に実施しています。	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	楽しく体を使って脳トレ						
クラブ	麻雀・テーブルゲーム						