

デイケア ひかり 4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	対人スキル／のびのびストレッチ	のんびりヨガ	調理実習：おにぎらず	座ってリズム体操	ダイエットダンス／椅子で体操	休み	休み
	食事・カフェ・マッサージ	食事・カフェ・マッサージ	食事・カフェ・マッサージ	食事・カフェ・マッサージ	食事・カフェ・マッサージ		
午後	中級脳トレ／初級脳トレ	パン作り／陶芸／麻雀／手芸	音楽療法：歌・ハンドベル・楽器演奏	ゴルフ・Wiiボーリング・Wiiフリスビー	卓球・Wiiテニス		
クラブ	1人カラオケ・麻雀・調理実習	1人カラオケ・パソコン・テーブルゲーム	パソコン・ギター・麻雀・ダンス	1人カラオケ・麻雀・パン作り	ダンス・麻雀・園芸・パン作り		
	17	11	12	13	14	15	16
午前	心理学／のびのびストレッチ	のんびりヨガ	調理実習：オニオンブレッド	座ってリズム体操	ダイエットダンス／椅子で体操	休み	休み
	食事・カフェ・マッサージ	食事・カフェ・マッサージ	食事・カフェ・マッサージ	食事・カフェ・マッサージ	食事・カフェ・マッサージ		
午後	中級脳トレ／初級脳トレ	パン作り／陶芸／麻雀／手芸	音楽療法：歌・ハンドベル・楽器演奏	ゴルフ・射的・ストラックアウト	カジノゲーム・Wii野球		
クラブ	1人カラオケ・麻雀・調理実習	1人カラオケ・パソコン・テーブルゲーム	パソコン・ギター・麻雀・ダンス	1人カラオケ・麻雀・パン作り	ダンス・麻雀・園芸・パン作り		
	17	18	19	20	21	22	23
午前	WRAP／のびのびストレッチ	のんびりヨガ	調理実習：韓国屋台トースト	座ってリズム体操	ダイエットダンス／椅子で体操	休み	休み
	食事・カフェ・マッサージ	食事・カフェ・マッサージ	食事・カフェ・マッサージ	食事・カフェ・マッサージ	食事・カフェ・マッサージ		
午後	中級脳トレ／初級脳トレ	パン作り／陶芸／麻雀／手芸	音楽療法：歌・ハンドベル・楽器演奏	ゴルフ・吹き矢・ポッチャ・ホッケー	みんなでたこ焼きを作ろう		
クラブ	1人カラオケ・麻雀・調理実習	1人カラオケ・パソコン・テーブルゲーム	パソコン・ギター・麻雀・ダンス	1人カラオケ・麻雀・パン作り	ダンス・麻雀・園芸・パン作り		
	24	25	26	27	28	29	30
午前	IMR入門／のびのびストレッチ	のんびりヨガ	調理実習：ピクニックサンド	座ってリズム体操	ダイエットダンス／椅子で体操	休み	休み
	食事・カフェ・マッサージ	食事・カフェ・マッサージ	食事・カフェ・マッサージ	食事・カフェ・マッサージ	食事・カフェ・マッサージ		
午後	バス遠足：お花見遠足	パン作り／陶芸／麻雀／手芸	音楽療法：歌・ハンドベル・楽器演奏	ゴルフ・グランドヤード・Wii野球	フラダンス・Wiiゴルフ		
クラブ		1人カラオケ・パソコン・テーブルゲーム	パソコン・ギター・麻雀・ダンス	1人カラオケ・麻雀・パン作り	ダンス・麻雀・園芸・パン作り		
	5月1日	5月2日	掲示板		お知らせ		
午前	対人スキル／のびのびストレッチ	のんびりヨガ	春の訪れを喜んでいる間に、すぐそこまでゴールデンウィークがきています。4月は新生活を始める人が多くなり、このような環境に影響を受ける方もいらっしゃるかもしれません。デイケアでは不安や悩みを相談できる場として活用していただけるよう、環境作りに務めています。		デイケア内では、感染余殃のため引き続き、マスクの着用にご協力お願いいたします。 適宜、換気を行ない、皆様が安心して通える場として感染対策を継続して行きます。		
	食事・カフェ・マッサージ	食事・カフェ・マッサージ					
午後	中級脳トレ／初級脳トレ	パン作り／陶芸／麻雀／手芸					
クラブ	1人カラオケ・麻雀・調理実習	1人カラオケ・パソコン・テーブルゲーム					