

## デイケア ひかり 6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	就労支援/ストレッチ	のんびりヨガ	調理実習:	座ってリズム体操	ストレッチ・ダイエットダンス	休み	休み
	食事・足湯	食事・足湯	食事・足湯	食事・足湯	食事・足湯		
午後	中級脳トレ/園芸	園芸/レジン/麻雀/手芸/写経	音楽療法: 歌・ハンドベル・楽器演奏	ゴルフ・ストラックアウト・Wii野球	卓球・Wiiテニス		
クラブ	麻雀・クッキング	クッキング・マッサージ・カラオケ	パソコン・麻雀・手芸・園芸	1人カラオケ・麻雀・園芸	麻雀・園芸		
	10	11	12	13	14	15	16
午前	メンタル強化/ストレッチ	のんびりヨガ	調理実習:	座ってリズム体操	ストレッチ・ダイエットダンス	休み	休み
	食事・足湯	食事・足湯	食事・足湯	食事・足湯	食事・足湯		
午後	中級脳トレ/園芸	園芸/レジン/麻雀/手芸/写経	音楽療法: 歌・ハンドベル・楽器演奏	ゴルフ・棒サッカー・風船バレー	バス遠足: ピクニック? 雨天延期		
クラブ	麻雀・クッキング	クッキング・マッサージ・カラオケ	パソコン・麻雀・手芸・園芸	1人カラオケ・麻雀・園芸			
	17	18	19	20	21	22	23
午前	対人トレーニング/ストレッチ	のんびりヨガ	調理実習:	座ってリズム体操	ストレッチ・ダイエットダンス	休み	休み
	食事・足湯	食事・足湯	食事・足湯	食事・足湯	食事・足湯		
午後	中級脳トレ/園芸	園芸/レジン/麻雀/手芸/写経	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	グラウンドヤード・テーブルゲーム		
クラブ	麻雀・クッキング	クッキング・マッサージ・カラオケ	パソコン・麻雀・手芸・園芸	1人カラオケ・麻雀・園芸	麻雀・園芸		
	24	25	26	27	28	29	30
午前	WRAP・IMR入門/ストレッチ	のんびりヨガ	調理実習:	座ってリズム体操	ストレッチ・ダイエットダンス	休み	休み
	食事・足湯	食事・足湯	食事・足湯	食事・足湯	食事・足湯		
午後	中級脳トレ/園芸	バス遠足: 紫陽花を見に行こう	音楽療法: 歌・ハンドベル・楽器演奏	グラウンドヤード・テーブルゲーム	棒サッカー・風船バレー		
クラブ	麻雀・クッキング		パソコン・麻雀・手芸・園芸	1人カラオケ・麻雀・園芸	麻雀・園芸		