

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
	お知らせ	1	2	3	4	5	6
午前	今年は全国的に残暑が厳しく まだまだ、熱中症対策が 必要な時期です。感染対策を しながら乗り切りましょう	のんびりヨガ	調理実習：至高のフレンチトースト	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		
午後		陶芸・削り絵・麻雀・手芸	音楽療法	ポッチャ・吹き矢	卓球・Wiiテニス		
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	カラオケ・散歩・麻雀・園芸		
	7	8	9	10	11	12	13
午前	SST	のんびりヨガ	調理実習：オクラとトマトのパスタ	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	少しでも涼しくなろう 脳トレ怪談話大会	陶芸・削り絵・麻雀・手芸	音楽療法	ポッチャ・吹き矢	グラウンドヤード		
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	カラオケ・散歩・麻雀・園芸		
	14	15	16	17	18	19	20
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	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	おはぎ作り		
クラブ	麻雀・テーブルゲーム	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		
	21	22	23	24	25	26	27
午前	お休み	お休み	調理実習：冷麺風そうめん	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		
午後			音楽療法	ポッチャ・吹き矢	フラダンス		
クラブ		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			
	28	29	30	個人面談	デイケアの利用方法		
午前	IMR入門	のんびりヨガ	調理実習：簡単からあげ	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		
	食事	食事	食事		ショートケア（3時間利用）		
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		午前：9：30から 午後：12：30から		
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				