

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
	1	2	3	4	5	6	7
午前	対人スキル／のびのびストレッチ	のんびりヨガ	憲法記念日	みどりの日	こどもの日	休み	休み
	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	フラダンス／パン作り／麻雀					
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					
	8	9	10	11	12	13	14
午前	SST／のびのびストレッチ	のんびりヨガ	調理実習：パリパリ春キャベツピザ	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ゴルフ・ストラックアウト	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		
	15	16	17	18	19	20	21
午前	心理学／のびのびストレッチ	のんびりヨガ	調理実習：新玉ネギシュウマイ	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	フラダンス／カジノゲーム		
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		
	22	23	24	25	26	27	28
午前	WRAP／のびのびストレッチ	のんびりヨガ	調理実習：豚キャベツつくね	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	バラ園散策	バラ園散策	音楽療法：歌・ハンドベル・楽器演奏	ゴルフ・グランドヤード・カジノゲーム	第1回グランドゴルフ大会		
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		
	29	30	31	お知らせ			
午前	IMR入門／のびのびストレッチ	のんびりヨガ	調理実習：やみつき春雨キャベツ	ついに5月に入りました。新型コロナに対する扱い方も変化していきますが、デイケア内では今まで同様マスク着用で、お願いいたします。みなさんが少しでも楽しめるように、イベント等考えていきますので、よろしくをお願いいたします。また、少しずつプログラムも変更されています。何か興味があるものがあれば、スタッフにご相談下さい。			
	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	スイーツ作り：ドーナツ	座ってフラダンス／パン作り／麻雀	音楽療法：歌・ハンドベル・楽器演奏				
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				