

令和2年

6月

デイ・ナイトケア月間プログラム

	1	2	3	4	5	6
A m	ウェルネス体操 (初級) 自由空間 卓球部練習	ラジオ体操 自由空間	ウェルネス体操 (中級) 自由空間	健康チェック ウェルネス体操 (座位) 自由空間	ミーティング ラジオ体操 自由空間	お休み 
P m	DNC軽スポーツ スカットボール ソフトバレー練習	脳トレ・手作り	レクリエーション 「おもしろ卓球」	合同軽スポーツ ドッチビー (DNC) 座ボン (DC)	クラブ活動	
ナイト・プログラム	自由空間	自由空間	自由空間・夜の卓球部	自由空間	自由空間	
	8	9	10	11	12	13
A m	ウェルネス体操 (初級) 自由空間 卓球部練習	ラジオ体操 自由空間	ウェルネス体操 (中級) 自由空間	健康チェック ウェルネス体操 (座位) 自由空間	ミーティング ラジオ体操 自由空間	お休み 
P m	DNC軽スポーツ ターゲットバタンク ソフトバレー練習	体操タイム 温泉ツアー 「十和田温泉」	クラブ活動	合同軽スポーツ ゲーゴルフゲーム (DNC) スカットボール (DC) 書道教室 (DNC)	まったりティータイム	
ナイト・プログラム	自由空間	自由空間	自由空間	自由空間	自由空間	
	15	16	17	18	19	20
A m	ウェルネス体操 (初級) 自由空間 金融機関巡り 卓球部練習	ラジオ体操 自由空間	ウェルネス体操 (中級) 自由空間	健康チェック ウェルネス体操 (座位) 自由空間	ミーティング ラジオ体操 自由空間	お休み 
P m	DNC軽スポーツ 玉投げゲーム フットサル練習	クラブ活動	テーブルゲーム	合同軽スポーツ カローリング (DNC) ポッチャ (DC)	まったりティータイム	
ナイト・プログラム	自由空間	自由空間・夜の卓球部	自由空間	自由空間	自由空間	
	22	23	24	25	26	27
A m	ウェルネス体操 (初級) 自由空間 卓球部練習	ラジオ体操 自由空間	ウェルネス体操 (中級) 自由空間	健康チェック ウェルネス体操 (座位) 自由空間	ミーティング ラジオ体操 自由空間	ラジオ体操 自由空間 買い物ツアー 「カケモ西金崎」
P m	DNC軽スポーツ 座ってボン ソフトバレー練習	短冊作り	クリーンタイム	クラブ活動	まったりティータイム 温泉ツアー 「十和田温泉」	調理実習 「餃子を作っちゃおう」
ナイト・プログラム	自由空間	自由空間	自由空間・夜の卓球部	自由空間	自由空間	調理実習
	29	30	 			
A m	ウェルネス体操 (初級) 自由空間 卓球部練習	ラジオ体操 自由空間				
P m	DNC軽スポーツ 人間輪投げ ソフトバレー練習	調理実習 「餃子の皮でピザ!？」				
ナイト・プログラム	自由空間	自由空間				