

令和3年

8月

## デイ・ナイトケア月間プログラム

	月	火	水	木	金	土
	2	3	4	5	6	7
A m	ウェルネス体操 (初級) 自由空間 ソフトバレー練習	ラジオ体操 自由空間	ウェルネス体操 (座位) 自由空間	健康チェック ウェルネス体操 (初級) 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 座ポン	体操タイム または オリンピック観戦	ラジオ体操 テーブルゲーム または オリンピック観戦	合同軽スポーツ ターゲットバタンク (DC) ゲーゴルゲーム (DNC) 卓球 (体育館)	ウェルネス体操 (中級) まったりティータイム	
ナイト	自由空間	自由空間	自由空間	自由空間	自由空間	
	9	10	11	12	13	14
A m	山の日 振替休日	ラジオ体操 自由空間	ウェルネス体操 (座位) 自由空間	健康チェック ウェルネス体操 (初級) 自由空間	お盆休み	お休み
P m		合同温泉ツアー (一本木沢温泉) 体操タイム	ラジオ体操 お盆買物ツアー イオン+和田	合同軽スポーツ ポケットボール (DC) 人間輪投げ (DNC) 書道教室 (DC)		
ナイト	自由空間	自由空間	自由空間	自由空間・卓球部		
	16	17	18	19	20	21
A m	ウェルネス体操 (初級) 自由空間 パラリンピック聖火 ビジット(訪問)	ラジオ体操 自由空間	ウェルネス体操 (座位) 自由空間	健康チェック ウェルネス体操 (初級) 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 金融機関巡り	脳トレ・手作り・散歩	ラジオ体操 体の動かし方 セミナー	DNC軽スポーツ おもしろ卓球 (DNC)	ウェルネス体操 (中級) まったりティータイム	
ナイト	自由空間	自由空間	自由空間・温泉 (ポニー)	自由空間	自由空間・買物外出	
	23	24	25	26	27	28
A m	ウェルネス体操 (初級) 自由空間 ソフトバレー練習	ラジオ体操 自由空間	ウェルネス体操 (座位) 自由空間	健康チェック ウェルネス体操 (初級) 自由空間	ミーティング ラジオ体操	デイナイトケアオリンピック
P m	DNC軽スポーツ パタンク	ピラティス教室 (DC) 体操タイム	ラジオ体操 避難訓練	合同軽運動 ペットボウリング (DC) 座ってポン (DNC)	ウェルネス体操 (中級) まったりティータイム	デイナイトケアオリンピック
ナイト	自由空間	自由空間	自由空間・温泉 (+和田)	自由空間	自由空間・卓球部	自由空間
	30	31				
A m	ウェルネス体操 (初級) 自由空間 ソフトバレー練習	ラジオ体操 自由空間				
P m	クリーンタイム	ヨガ教室 (DNC) 脳トレ・手作り				
ナイト	自由空間	自由空間				