

令和4年3月

デイケア月間プログラム

	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
A m		健康チェック ウェルネス体操(座位) ラジオ体操 自由空間	健康チェック ウェルネス体操(初級) ラジオ体操 自由空間	健康チェック ウェルネス体操(中級) ラジオ体操 自由空間	健康チェック ウェルネス体操(座位) ラジオ体操 自由空間	<p>お休み</p> 
P m		体操タイム	足ぶみ体操 脳トレ・手作り DVD鑑賞	軽スポーツ ポッチャ	足ぶみ体操 テーブルゲーム	
	7	8	9	10	11	12
A m	健康チェック ウェルネス体操(初級) ラジオ体操 自由空間	健康チェック ウェルネス体操(中級) ラジオ体操 自由空間	健康チェック ウェルネス体操(座位) ラジオ体操 自由空間	健康チェック ウェルネス体操(初級) ラジオ体操 自由空間	健康チェック ウェルネス体操(中級) ラジオ体操 自由空間	<p>お休み</p> 
P m	足ぶみ体操 脳トレ・手作り	軽スポーツ ターゲットペタンク	足ぶみ体操 季節の飾り作り	軽スポーツ ポケットボール	足ぶみ体操 まったりティータイム	
	14	15	16	17	18	19
A m	健康チェック ウェルネス体操(座位) ラジオ体操 自由空間	健康チェック ウェルネス体操(初級) ラジオ体操 自由空間	健康チェック ウェルネス体操(中級) ラジオ体操 自由空間	健康チェック ウェルネス体操(座位) ラジオ体操 自由空間	健康チェック ウェルネス体操(初級) ラジオ体操 自由空間	<p>お休み</p> 
P m	足ぶみ体操 季節の飾り作り	体操タイム	足ぶみ体操 脳トレ・手作り	軽スポーツ 座ボン	年度末お疲れ様会	
	21	22	23	24	25	26
A m		健康チェック ウェルネス体操(中級) ラジオ体操 自由空間	健康チェック ウェルネス体操(座位) ラジオ体操 自由空間	健康チェック ウェルネス体操(初級) ラジオ体操 自由空間	健康チェック ウェルネス体操(中級) ラジオ体操 自由空間	ラジオ体操 ポッチャ大会
P m		ピラティス教室(DC) 脳トレ・手作り	避難訓練 (防災クイズ)	軽スポーツ ゲーゴルゲーム	クリーンタイム & まったりティータイム	まったりティータイム
	28	29	30	31		
A m	健康チェック ウェルネス体操(座位) ラジオ体操 自由空間	健康チェック ウェルネス体操(初級) ラジオ体操 自由空間	健康チェック ウェルネス体操(中級) ラジオ体操 自由空間	健康チェック ウェルネス体操(座位) ラジオ体操 自由空間	<p>新型コロナウイルス感染状況により、 プログラムを変更する場合があります。</p> <p>ご了承ください。</p> 	
P m	足ぶみ体操 脳トレ・手作り DVD鑑賞	足ぶみ体操 季節の飾り作り	体操タイム	おもしろ卓球		