

令和4年 5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	ラジオ体操 自由空間	憲法記念日	みどりの日	こどもの日	健康チェック ウェルネス体操（座位） 自由空間	お休み
P m	体操 季節の飾り作り 「こいのぼり」				体操 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	
	9	10	11	12	13	14
A m	ラジオ体操 自由空間	ウェルネス体操（初級） 自由空間	ラジオ体操 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	体操 DNC軽スポーツ ドッチビー	ヨガ教室（DNC）	体操 DVD鑑賞	体操 軽スポーツ スカットボール	体操 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・卓球部練習	自由空間	自由空間	
	16	17	18	19	20	21
A m	ウェルネス体操（初級） 自由空間	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 ラジオ体操 自由空間	ミーティング ウェルネス体操（初級） 自由空間	お休み
P m	体操 DNC軽スポーツ 座ってポン	ピラティス教室（DNC）	体操 調理実習 「フルーツサンド」	体操 軽スポーツ ペタンク 書道教室（DNC）	体操 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	
	23	24	25	26	27	28
A m	ラジオ体操 自由空間	ウェルネス体操（座位） 自由空間	ラジオ体操 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	ラジオ体操 五戸農園 ～新緑を感じよう～ 「おにぎりと豚汁」
P m	体操 DNC軽スポーツ カローリング	体操タイム	体操 テーブルゲーム	体操 軽スポーツ ペットボウリング	体操 クリーンタイム	
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・卓球部練習	
	30	31				
A m	ラジオ体操 自由空間	ウェルネス体操（初級） 自由空間				
P m	体操 DNC軽スポーツ ゲーゴルゲーム	体操 脳トレ・手作り				
ナイト・プログラム	自由空間	自由空間				