

令和4年 8月

デイ・ナイトケア月間プログラム

	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	7
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	
P m	体操 DNC軽スポーツ ドッヂビー	ピラティス教室（DNC）	体操 季節の飾り作り	体操 DNC軽スポーツ ゲーゴルゲーム	ずっと民話講座	お休み
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	
	8	9	10	11	12	13
A m	ラジオ体操 自由空間 卓球部練習	ウェルネス体操（座位） 自由空間	ラジオ体操 自由空間	山の日	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 ペットボウリング	体操 脳トレ・手作り	体操 おもしろ卓球		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	
	15	16	17	18	19	20
A m	ラジオ体操 自由空間 金融機関巡り	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	お休み
P m	体操 DNC軽スポーツ 座ってポン ソフトバレー	体操タイム ヨガ教室（DC）	体操 ユニクロ周辺 買い物ツアー 自由空間	体操 スカットボール（DNC） ゲーゴルゲーム（DC） 書道教室（DC）	体操 まったく 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・夜の卓球部	
	22	23	24	25	26	27
A m	ウェルネス体操（座位） 自由空間	ラジオ体操 自由空間	ウェルネス体操（初級） 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（座位） 自由空間	ラジオ体操 自由空間
P m	体操 DNC軽スポーツ カローリング	脳トレ・手作り	体操 ボウリング大会 自由空間	体操 DNC軽スポーツ ペタンク	体操 クリーンタイム	体操 納涼レクリエーション
ナイト・プログラム	自由空間・夜の卓球部	自由空間	自由空間	自由空間	自由空間	自由空間
	29	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	ラジオ体操 自由空間			
P m	体操 DNC軽スポーツ ポケットボール ソフトバレー	体操 体操タイム ピラティス教室（DC）	体操 テーブルゲーム			
ナイト・プログラム	自由空間	自由空間	自由空間			

