

令和4年

9月

デイ・ナイトケア月間プログラム

	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
A m	 <p>9月</p> <p>※ことわざ 秋刀魚(さんま)が出ると、 按摩(あんま)が引込む。</p> <p>※解説 食欲も旺盛になる頃、秋刀魚が出回って体の調子が良くなり、 マッサージにかかる人が少なくなる。(売り上げが減る。)</p>			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	お休み
P m				体操・ストレッチ 合同軽スポーツ ゲーゴルゲーム(DC) ポケットボール(DNC)	体操 まったりティータイム スポーツレク (ラケットテニス)	
ナイト				自由空間	自由空間	
	5	6	7	8	9	10
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(中級) 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 ゲーゴルゲーム	ピラティス教室(DNC)	体操タイム	体操・ストレッチ 合同軽スポーツ ターゲットバタンク(DC) スカットボール(DNC)	まったりティータイム 自由空間	
ナイト	自由空間	自由空間	自由空間	自由空間	自由空間	
	12	13	14	15	16	17
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(中級) 自由空間	お休み
P m	DNC軽スポーツ パタンク	ヨガ教室(DNC) 脳トレ・手作り	ウォーキング (稲生川遊歩道) 自由空間	体操・ストレッチ 書道教室(DNC) ポケットボール(DC) 座ってボン(DNC)	まったりティータイム スポーツレク (ソフトバレー)	
ナイト	自由空間	自由空間	自由空間	自由空間	自由空間	
	19	20	21	22	23	24
A m	 <p>敬老の日</p>	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	 <p>秋分の日</p>	近代6種競技大会 (前半戦)
P m		ヨガ教室(DC) テーブルゲーム	脳トレ・手作り ドライブへGO!	体操・ストレッチ 合同軽スポーツ スカットボール(DC) ペットボウリング(DNC)		近代6種競技大会 (後半戦)
ナイト		自由空間	自由空間	自由空間		自由空間
	26	27	28	29	30	 <p>9月場所いよいよ 11日から開幕です</p>
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 ラジオ体操 自由空間	
P m	脳トレ・手作り	ピラティス教室(DC) 脳トレ・手作り	おもしろ卓球Ⅱ (何じゃコレ)	体操・ストレッチ 合同軽スポーツ 座ボン(DC) ターゲットバタンク(DNC)	クリーンタイム	
ナイト	自由空間	自由空間	自由空間	自由空間	自由空間	