

令和6年6月

デイケア月間プログラム

	月	火	水	木	金	土
	3	4	5	6	7	8
A m	健康チェック ラジオ体操 第一 自由空間	健康チェック ラジオ体操 第一 自由空間	健康チェック ラジオ体操 第一 自由空間	健康チェック ラジオ体操 第一 自由空間	健康チェック ラジオ体操 第一 自由空間	健康チェック ラジオ体操 第一 自由空間
P m	ソフトバレー練習 脳トレ・手作り 演劇同好会	ピラティス教室(DNC) 体操タイム	自由空間 合同温泉外出 (せせらぎ温泉) 卓球練習	DC:ペタンク(体育館) DNC:ペットボウリング	体操 まったりティータイム こまかいどーむ	イオン十和田 ランチ&買い物ツアー
	10	11	12	13	14	15
A m	健康チェック ウェルネス体操(中級) 自由空間	健康チェック ウェルネス体操(中級) 自由空間	健康チェック ウェルネス体操(中級) 自由空間	健康チェック ウェルネス体操(中級) 自由空間	健康チェック ウェルネス体操(中級) 自由空間	お休み 
P m	ソフトバレー練習 脳トレ・手作り 演劇同好会	ヨガ教室(DC) 体操タイム	体操 テーブルゲーム 卓球練習	DC:座ポン(体育館) DNC:ターゲットペタンク	体操 まったりティータイム 金融機関巡り フットサル交流会	
	17	18	19	20	21	22
A m	健康チェック 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(座位) 自由空間	健康チェック 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(座位) 自由空間	健康チェック ウェルネス体操(座位) 自由空間 おはなしサロン	お休み 
P m	ソフトバレー練習 脳トレ・手作り 合同温泉外出(十和田温泉) 演劇同好会	ヨガ教室(DNC) 体操タイム	DVD鑑賞 手作り 卓球練習	DC:ゲーゴルゲーム DNC:カローリング(体育館)	買い物外出 (しまむら周辺) 自由空間 こまかいどーむ	
	24	25	26	27	28	29
A m	健康チェック ラジオ体操 第一 自由空間	健康チェック ラジオ体操 第一 自由空間	健康チェック ラジオ体操 第一 自由空間	健康チェック ラジオ体操 第一 名川さくらんぼ狩り ツアー	健康チェック ラジオ体操 第一 自由空間	お休み 
P m	ソフトバレー練習 脳トレ・手作り 演劇同好会	ピラティス教室(DC) 体操タイム	ボッチャ	自由空間	クリーンタイム	



新病院になり早1ヵ月が経ちましたが、
皆さん少しずつ慣れてきましたか？
わからないことはスタッフへ聞いてくださ
いね 🍒