

令和7年 5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				健康チェック 体操 自由空間	ミーティング 体操 自由空間	憲法記念日
P m				体操 軽スポーツ ターゲットベタンク（DNC） ポケットボール（DC）	体操・ティータイム 合同買い物外出 （イオン+和田） フットサル （こまかいどーむ）	
ナイト・プログラム				自由空間	自由空間	
	5	6	7	8	9	10
A m	こどもの日	振替休日	体操 自由空間	健康チェック 体操 自由空間	ミーティング 体操 自由空間	（DC・DNC 合同） 五戸農園 新緑ランチ & 道の駅買い物
P m			体操 自由空間 合同温泉外出 （十和田温泉） 卓球（部活・ピンポン）	体操 軽スポーツ スカットボール（DNC） カローリング（DC）	体操・ティータイム 合同買い物外出 （東ユニバース周辺） フットサル （こまかいどーむ）	
ナイト・プログラム			自由空間	自由空間	自由空間	
	12	13	14	15	16	17
A m	体操 自由空間	体操 自由空間	体操 自由空間	健康チェック 体操 自由空間	ミーティング 体操 自由空間	お休み
P m	体操 軽スポーツ ペットボウリング ソフトバレー	脳トレ・手作り ヨガ（DC）	春のモルック大会 inろまんパーク （悪天候時） 体操・自由空間	体操 自由空間 金融機関巡り	体操 ティータイム 卓球（部活） フットサル （こまかいどーむ）	
ナイト・プログラム	自由空間	夕暮れ温泉（紅葉の湯）	自由空間	自由空間	自由空間	
	19	20	21	22	23	24
A m	体操 自由空間	体操 自由空間	体操 自由空間	健康チェック 体操 自由空間	ミーティング 体操 自由空間	お休み
P m	体操 軽スポーツ ゲーゴルゲーム ソフトバレー	ヨガ（DNC） 脳トレ・手作り	体操・自由空間 卓球（部活・ピンポン） 春のモルック大会 inろまんパーク （予備日）	体操 テーブルゲーム DC七戸外出	体操・ティータイム 合同温泉外出 （せせらぎ温泉） フットサル （こまかいどーむ）	
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	
	26	27	28	29	30	31
A m	体操 自由空間	体操 自由空間	体操 自由空間	健康チェック 体操 自由空間	ミーティング 体操 自由空間	お休み
P m	体操 自由空間 買い物外出 （イオン七戸・道の駅） ソフトバレー	脳トレ・手作り ピラティス（DC）	体操 おもしろ卓球	クリーンタイム	体操 ティータイム 卓球 （部活・ピンポン）	
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	