

令和8年 3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	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 脳トレ・手作り 合同温泉外出 (せせらぎ温泉)	ピラティス教室 (DNC) 卓球(部活)	調理実習 「中華まん」	体操 ゲーゴルゲーム(DC) カローリング(DNC)	体操 ティータイム 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	
	9	10	11	12	13	14
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 金融機関巡り	お休み
P m	演劇発表会	脳トレ・手作り ヨガ教室(DC) 合同買い物外出 (トライアル)	合同避難訓練	体操 自由空間 合同温泉外出 (一本木沢温泉)	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	自由空間	自由空間	自由空間	自由空間	
	16	17	18	19	20	21
A m	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	春分の日 	お休み 
P m	体操 ドッチビー ソフトバレー	ヨガ教室 (DNC)	体操 脳トレ・手作り	体操 自由空間 合同買い物外出 (イオン+和田)		
ナイト・プログラム	自由空間	自由空間	夕暮れ温泉(紅葉の湯)	自由空間		
	23	24	25	26	27	28
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	土曜開催 買い物外出 & お鍋作り
P m	体操 スカットボール ソフトバレー	脳トレ・手作り ピラティス教室 (DC) 合同温泉外出 (+和田温泉)	年度末合同 座ってボン大会	クリーンタイム	体操 ティータイム 卓球(部活・ピンポン) 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	
	30	31	 <h1>3月</h1>			
A m	体操 自由空間	体操 自由空間				
P m	体操 ターゲットパタンク ソフトバレー	体操 お疲れ様ティータイム				
ナイト・プログラム	自由空間	自由空間				