

デイケア 活動プログラム 月間予定

(平成30年4月2日～平成30年9月30日)

	月	火	水	木	金	土		
第1週	午前	スポーツ(ゲートボール優先) 創作活動 (箱折り)	筋トレ・ストレッチ 創作活動 (箱折り)	スポーツ(ゲートボール以外) 創作活動 (箱折り)	お花と野菜の会 フリー活動 (箱折り)	お花と野菜の会 ウォーキング(かいそく) 創作活動 (箱折り)	買物 フリー活動 (箱折り)	
	午後①	RIZAPOO フリー活動 (箱折り)	書道教室 ウォーキング(とっきゅう) フリー活動 (箱折り)	カラオケ 陶芸 フリー活動 (箱折り)	ひまわりメトロ新聞 創作活動 陶芸 (箱折り)	きりん新聞 創作活動 (箱折り)	フリー活動 カラオケ (箱折り)	
	午後②	ラジオ体操 フリー活動 カラオケ (箱折り)	ラジオ体操 スポーツ フリー活動 (箱折り)	ラジオ体操 フリー活動 (箱折り)	ラジオ体操 フリー活動 陶芸 (箱折り)	ラジオ体操 スポーツ フリー活動 (箱折り)		
第2週	午前	スポーツ(ゲートボール以外) 創作活動 (箱折り)	筋トレ・ストレッチ 創作活動 (箱折り)	スポーツ(ゲートボール優先) 創作活動 (箱折り)	お花と野菜の会 フリー活動 (箱折り)	お花と野菜の会 ウォーキング(とっきゅう) 創作活動 (箱折り)	買物 フリー活動 (箱折り)	
	午後①	マインドフルネスヨガ フリー活動 (箱折り)	プロジェクトX フリー活動 (箱折り)	カラオケ 陶芸 フリー活動 (箱折り)	ウォーキング(どんこう) 創作活動 陶芸 (箱折り)	娯楽倶楽部 (箱折り)	フリー活動 カラオケ (箱折り)	
	午後②	ラジオ体操 フリー活動 カラオケ (箱折り)	ラジオ体操 スポーツ フリー活動 (箱折り)	ラジオ体操 フリー活動 (箱折り)	ラジオ体操 フリー活動 陶芸 (箱折り)	ラジオ体操 スポーツ フリー活動 (箱折り)		
第3週	午前	スポーツ(ゲートボール優先) 創作活動 (箱折り)	筋トレ・ストレッチ 創作活動 (箱折り)	スポーツ(ゲートボール以外) 創作活動 (箱折り)	お花と野菜の会 フリー活動 (箱折り)	お花と野菜の会 ウォーキング(かいそく) 創作活動 (箱折り)	買物 フリー活動 (箱折り)	
	午後①	学習会	美化活動	カラオケ 陶芸 フリー活動 (箱折り)	ひまわりメトロ新聞 創作活動 陶芸 (箱折り)	きりん新聞 創作活動 (箱折り)	フリー活動 カラオケ (箱折り)	
	午後②	ラジオ体操 フリー活動 カラオケ (箱折り)	ラジオ体操 スポーツ フリー活動 (箱折り)	ラジオ体操 フリー活動 (箱折り)	ラジオ体操 フリー活動 陶芸 (箱折り)	ラジオ体操 スポーツ フリー活動 (箱折り)		
第4週	午前	スポーツ(ゲートボール以外) 創作活動 (箱折り)	筋トレ・ストレッチ 創作活動 (箱折り)	スポーツ(ゲートボール優先) 創作活動 (箱折り)	お花と野菜の会 フリー活動 (箱折り)	お花と野菜の会 ウォーキング(どんこう) 創作活動 (箱折り)	買物 フリー活動 (箱折り)	
	午後①	ダンス 創作活動 (箱折り)	プロジェクトX フリー活動 (箱折り)	【最終週の場合】 書道教室 サンフラワーツアー (奇数月実施) フリー活動 (箱折り)	カラオケ 陶芸 フリー活動 (箱折り)	プロジェクトX 創作活動 陶芸 (箱折り)	アタックチャンス (箱折り)	フリー活動 カラオケ (箱折り)
	午後②	ラジオ体操 フリー活動 カラオケ (箱折り)	ラジオ体操 スポーツ フリー活動 (箱折り)	ラジオ体操 フリー活動 (箱折り)	ラジオ体操 フリー活動 陶芸 (箱折り)	ラジオ体操 スポーツ フリー活動 (箱折り)		
第5週	午前	スポーツ(ゲートボール優先) 創作活動 (箱折り)	筋トレ・ストレッチ 創作活動 (箱折り)	スポーツ(ゲートボール以外) 創作活動 (箱折り)	お花と野菜の会 フリー活動 (箱折り)	お花と野菜の会 ウォーキング(どんこう) 創作活動 (箱折り)	買物 フリー活動 (箱折り)	
	午後①	RIZAPOO フリー活動 (箱折り)	ウォーキング(とっきゅう) フリー活動 (箱折り)	【最終週の場合】 書道教室 サンフラワーツアー (奇数月実施) フリー活動 (箱折り)	カラオケ 陶芸 フリー活動 (箱折り)	ウォーキング(かいそく) 創作活動 陶芸 (箱折り)	娯楽倶楽部 (箱折り)	フリー活動 カラオケ (箱折り)
	午後②	ラジオ体操 フリー活動 カラオケ (箱折り)	ラジオ体操 スポーツ フリー活動 (箱折り)	ラジオ体操 フリー活動 (箱折り)	ラジオ体操 フリー活動 陶芸 (箱折り)	ラジオ体操 スポーツ フリー活動 (箱折り)		

※個人によっては「くつろぎ」が必要な人もいます。個人とスタッフで活動プログラム内容を決めていきます。
 ※創作活動は物や作品を作る活動です。「手工芸」「書道」「絵画」を含みます。
 ※フリー活動では「カラオケ」と「スポーツ」は含みません。
 ※祝日の午前シネマパラダイス、午後カラオケを行います。
 ※くつろぎ以外の活動に参加するとスタンプを1つ押します。32個のスタンプが揃うと商品券(ひまわり感謝祭にて利用可)と交換できます。
 ※アタックチャンスで優勝するとスタンプを16個押します。準優勝で8個押します。