

10月 ショート&デイケア 月間プログラム

日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
曜日	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水
AM	健康チェック	プログラム作成	プログラム作成	茶話会			自由活動 園芸	茶話会	卓球	ミニバレー	野外活動			スポーツの日	グラウンドゴルフ	茶話会
PM	ミーティング	カラオケ	健康体操	卓球			創作活動	カラオケ	アロマ &リラクゼーション	健康体操				アロマ &リラクゼーション	映画鑑賞	
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
曜日	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	
AM	卓球	散歩			グラウンドゴルフ	創作活動	散歩 👣	ミニバレー	室内ゲーム			茶話会	映画鑑賞 (水戸黄門)	アロマ &リラクゼーション	ミニバレー	
PM	カラオケ	ミニバレー			カラオケ	ポッチャ	お誕生会	自由活動 園芸	卓球			カラオケ	カラオケ	音楽活動 🎵	環境美化	

1.食事は好き嫌いせずにきちんと食べよう。2.なるべく運動をしましょう。 3.体調が悪い時は頑張らない様にしましょう！