



1月 ウォームアップ・デイケア プログラム表



	月	火	水	木	金 1	土 2
AM						
PM						
	4	5	6	7	8	9
AM	料理	料理	料理	料理	料理	料理
PM	生活支援ミーティング (一週間の活動報告) 壁絵・カレンダー ストレッチ/卓球	生活支援ミーティング (リカバリー目標) ヘルスプロモーション IMR	生活支援ミーティング (SST) アート ストレッチポール/卓球	生活支援ミーティング (生活の困りごと) パソコン ヨガ/ポッチャ	生活支援ミーティング (インフォメーション) DVD鑑賞 サルコベニア体操/卓球	サークル活動 (スイーツデイ) ヨガ/ポッチャ
	11	12	13	14	15	16
AM						
PM						
	18	19	20	21	22	23
AM	料理	料理	料理	料理	料理	料理
PM	生活支援ミーティング (一週間の活動報告) 壁絵・カレンダー ストレッチ/卓球	生活支援ミーティング (リカバリー目標) ヘルスプロモーション IMR	生活支援ミーティング (SST) アート ストレッチポール/卓球	生活支援ミーティング (生活の困りごと) パソコン ヨガ/ポッチャ	生活支援ミーティング (インフォメーション) DVD鑑賞 サルコベニア体操/卓球	サークル活動 (和みカフェ) ヨガ/ポッチャ
	25	26	27	28	29	30
AM	料理	料理	料理	料理	料理	料理
PM	生活支援ミーティング (一週間の活動報告) 壁絵・カレンダー ストレッチ/卓球	生活支援ミーティング (リカバリー目標) ヘルスプロモーション IMR	生活支援ミーティング (SST) アート ストレッチポール/卓球	生活支援ミーティング (生活の困りごと) パソコン ヨガ/ポッチャ	生活支援ミーティング (インフォメーション) DVD鑑賞 サルコベニア体操/卓球	サークル活動 (フラワーデイ) ヨガ/ポッチャ

※生活支援ミーティングは13:00~13:40の時間を実施しています。