


 10月 ウォームアップ・デイケア プログラム表
 

	月	火	水	木	金	土
					1	2
AM					料理	料理
PM					生活支援ミーティング DVD鑑賞 サルコペニア体操/卓球	サークル活動 (スイーツデイ) ヨガ/ボッチャ
	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 壁絵・カレンダー ストレッチ/卓球	生活支援ミーティング ヘルスプロモーション IMR	生活支援ミーティング アート ストレッチポール/卓球	生活支援ミーティング 筆ペンアート ヨガ/ボッチャ	生活支援ミーティング DVD鑑賞 サルコペニア体操/卓球	サークル活動 (スイーツデイ) ヨガ/ボッチャ
	11	12	13	14	15	16
AM	料理	料理	料理	料理	料理	料理
PM	生活支援ミーティング 壁絵・カレンダー ストレッチ/卓球	生活支援ミーティング ヘルスプロモーション IMR	生活支援ミーティング アート ストレッチポール/卓球	生活支援ミーティング 筆ペンアート ヨガ/ボッチャ	生活支援ミーティング DVD鑑賞 サルコペニア体操/卓球	サークル活動 (スイーツデイ) ヨガ/ボッチャ
	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 壁絵・カレンダー ストレッチ/卓球	生活支援ミーティング ヘルスプロモーション IMR	生活支援ミーティング アート ストレッチポール/卓球	生活支援ミーティング 筆ペンアート ヨガ/ボッチャ	生活支援ミーティング DVD鑑賞 サルコペニア体操/卓球	サークル活動 (和みカフェ) ヨガ/ボッチャ
	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 壁絵・カレンダー ストレッチ/卓球	生活支援ミーティング ヘルスプロモーション IMR	生活支援ミーティング アート ストレッチポール/卓球	生活支援ミーティング 筆ペンアート ヨガ/ボッチャ	生活支援ミーティング DVD鑑賞 サルコペニア体操/卓球	サークル活動 (フラワーデイ) ヨガ/ボッチャ

※生活支援ミーティングは13:15~13:35の時間に実施しています。