

***** 5月 ウォームアップ・デイケア プログラム表 *****

	月 2	火 3	水 4	木 5	金 6	土 7
AM	料理 音楽体操/音楽鑑賞	料理 ごぼう体操/音楽鑑賞	料理 音楽体操/音楽鑑賞	料理 ごぼう体操/音楽鑑賞	料理 音楽体操/音楽鑑賞	料理 卓球/ボッチャ/音楽鑑賞
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 イス体操/ボッチャ	生活支援ミーティング ヘルスプロモーション IMR ボクササイズ/卓球	生活支援ミーティング 脳トレ/ボッチャ ストレッチポール/卓球	生活支援ミーティング アート ヨガ/ボッチャ 太極拳/卓球	生活支援ミーティング 動画鑑賞 サルコペニア体操/卓球	サークル活動 (スイーツデイ/ヨガ) ガーデニング
	9	10	11	12	13	14
AM	料理 音楽体操/音楽鑑賞	料理 ごぼう体操/音楽鑑賞	料理 音楽体操/音楽鑑賞	料理 ごぼう体操/音楽鑑賞	料理 音楽体操/音楽鑑賞	料理 卓球/卓球/音楽鑑賞
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 イス体操/ボッチャ	生活支援ミーティング ヘルスプロモーション IMR ボクササイズ/卓球	生活支援ミーティング 脳トレ/ボッチャ ストレッチポール/卓球	生活支援ミーティング アート ヨガ/ボッチャ 太極拳/卓球	生活支援ミーティング 動画鑑賞 サルコペニア体操/卓球	サークル活動 (スイーツデイ/ボッチャ) ガーデニング
	16	17	18	19	20	21
AM	料理 音楽体操/音楽鑑賞	料理 ごぼう体操/音楽鑑賞	料理 音楽体操/音楽鑑賞	料理 ごぼう体操/音楽鑑賞	料理 音楽体操/音楽鑑賞	料理 卓球/ボッチャ/音楽鑑賞
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 イス体操/ボッチャ	生活支援ミーティング ヘルスプロモーション IMR ボクササイズ/卓球	生活支援ミーティング 脳トレ/ボッチャ ストレッチポール/卓球	生活支援ミーティング アート ヨガ/ボッチャ 太極拳/卓球	生活支援ミーティング 動画鑑賞 サルコペニア体操/卓球	サークル活動 (和みカフェ/ヨガ) ガーデニング
	23	24	25	26	27	28
AM	料理 音楽体操/音楽鑑賞	料理 ごぼう体操/音楽鑑賞	料理 音楽体操/音楽鑑賞	料理 ごぼう体操/音楽鑑賞	料理 音楽体操/音楽鑑賞	料理 卓球/卓球/音楽鑑賞
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 イス体操/ボッチャ	生活支援ミーティング ヘルスプロモーション IMR ボクササイズ/卓球	生活支援ミーティング 脳トレ/ボッチャ ストレッチポール/卓球	生活支援ミーティング アート ヨガ/ボッチャ 太極拳/卓球	生活支援ミーティング 動画鑑賞 サルコペニア体操/卓球	サークル活動 (フラワーデイ/ボッチャ) ガーデニング
	30	31				
AM	料理 音楽体操/音楽鑑賞	料理 ごぼう体操/音楽鑑賞				
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 イス体操/ボッチャ	生活支援ミーティング ヘルスプロモーション IMR ボクササイズ/卓球				

※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。