

4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	3	4	5	6
AM	料理	料理	料理	料理	料理	料理
PM	生活支援ミーティング モトスミ散歩/卓球	生活支援ミーティング ヘルスプロモーション	生活支援ミーティング ウォームアップSST/卓球	生活支援ミーティング 目的別ヨガ/ポッチャ	生活支援ミーティング サルコペニア体操/卓球	企画プログラム クラフト
	8	9	10	11	12	13
AM	料理	料理	料理	料理	料理	料理
PM	生活支援ミーティング モトスミ散歩/卓球	生活支援ミーティング ヘルスプロモーション	生活支援ミーティング ウォームアップSST/卓球	生活支援ミーティング 目的別ヨガ/コーンホール	生活支援ミーティング サルコペニア体操/卓球	企画プログラム (カラオケ) ストレッチ
	15	16	17	18	19	20
AM	料理	料理	料理	料理	料理	料理
PM	生活支援ミーティング モトスミ散歩/卓球	生活支援ミーティング ヘルスプロモーション	生活支援ミーティング ウォームアップSST/卓球	生活支援ミーティング 目的別ヨガ/ポッチャ	生活支援ミーティング サルコペニア体操/卓球	企画プログラム クラフト
	22	23	24	25	26	27
AM	料理	料理	料理	料理	料理	料理
PM	生活支援ミーティング モトスミ散歩/卓球	生活支援ミーティング ヘルスプロモーション	生活支援ミーティング ウォームアップSST/卓球	生活支援ミーティング 目的別ヨガ/コーンホール	生活支援ミーティング サルコペニア体操/卓球	企画プログラム ストレッチ
	29	30				
AM	昭和の日	料理				
PM		生活支援ミーティング ヘルスプロモーション				

※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。