

1月 ウォームアップ・デイケア プログラム表

	月	火	水	木	金	土
						4
AM	   					料理
PM						
	6	7	8	9	10	11
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 福祉マップ/卓球	生活支援ミーティング 椅子ヨガ/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)
	13	14	15	16	17	18
AM		料理	料理	料理	料理	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 福祉マップ/卓球	生活支援ミーティング 椅子ヨガ/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
	20	21	22	23	24	25
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 福祉マップ/卓球	生活支援ミーティング 椅子ヨガ/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
	27	28	29	30	31	
AM	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 福祉マップ/卓球	生活支援ミーティング 椅子ヨガ/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	

※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。