




# 精神科デイケア かけはし山形

# 12月

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日											
<p>・欠席の場合は9:30までご連絡下さい。TEL023-643-8228</p> <p>・コロナ感染拡大防止のため、手洗いの徹底、綺麗なマスクの着用、</p> <p>・黙食などの感染予防にご協力よろしくお願ひします。</p> <p>・プログラムは状況に応じて変更しますので、ご了承下さい。</p> <p>・デイケアの活動は、出来るだけ多くの方が楽しめるようにレクリエーション活動として実施しています。</p>					<p>1</p> <p>ストラック frisbee</p> <p>チャレンジ球技</p> <p>創作</p> <p>創作</p>	<p>2</p> <p>棒体操</p> <p>はつらつ体操</p> <p>はつらつ体操</p>	<p>3</p> <p>休み</p>										
			<table border="1"> <tr> <td>運動プログラム</td> <td>専門プログラム</td> </tr> <tr> <td>文化系プログラム</td> <td>栄養講話</td> </tr> <tr> <td>調理プログラム</td> <td>体重・血圧測定</td> </tr> <tr> <td>外食</td> <td>個別活動</td> </tr> <tr> <td>外出レク</td> <td></td> </tr> </table>	運動プログラム	専門プログラム	文化系プログラム	栄養講話	調理プログラム	体重・血圧測定	外食	個別活動	外出レク		<p>ペタンク</p> <p>ピククルボール</p> <p>手芸</p>	<p>ペタンク</p> <p>ピククルボール</p> <p>手芸</p>	<p>スカット ボウリング</p> <p>ポッチャ</p>	<p>休み</p>
運動プログラム	専門プログラム																
文化系プログラム	栄養講話																
調理プログラム	体重・血圧測定																
外食	個別活動																
外出レク																	
<p>4</p> <p>輪投げ</p> <p>コーンホール</p>	<p>5</p> <p>モルック</p> <p>コグニサイズ</p>	<p>6</p> <p>ウェルネス体操</p> <p>ストレッチ (ipad)</p>	<p>7</p> <p>ペタンク</p> <p>気軽にピククル</p> <p>いきいきサロン</p>	<p>8</p> <p>ダンベル体操</p> <p>ヨガ (ipad)</p>	<p>9</p> <p>スカットボール</p> <p>チャレンジ球技</p>	<p>10</p> <p>休み</p>											
<p>ゲートボール</p> <p>ロールモザイク 卓球</p>	<p>脳トレ</p> <p>タスポニー</p>	<p>ストラック frisbee</p> <p>クリスマスカード 作り</p>	<p>ストラックアウト</p> <p>クリスマスカード 作り</p> <p>ピククルボール</p>	<p>色当て frisbee</p> <p>ビリッカー</p>	<p>frisbee カーリング</p> <p>風船バレー</p>	<p>休み</p>											
<p>11</p> <p>棒体操</p> <p>ボクササイズ</p> <p>はつらつ体操</p>	<p>12</p> <p>輪投げ</p> <p>筋トレ (ipad/畳)</p>	<p>13</p> <p>スカットボール</p> <p>棒ホッケー</p> <p>コグニサイズ</p>	<p>14</p> <p>ウェルネス体操</p> <p>ポッチャ</p>	<p>15</p> <p>カローリング</p> <p>ストラック frisbee</p>	<p>16</p> <p>モルック</p> <p>テイスゲッター</p>	<p>17</p> <p>訪問看護</p> <p>休み</p>											
<p>ゲートボール</p> <p>タスポニー</p> <p>テーブルゲーム</p>	<p>ペタンク</p> <p>卓球</p> <p>手芸</p>	<p>カローリング</p> <p>消しゴムはんこ 作り</p> <p>ピククルボール</p>	<p>色当て frisbee</p> <p>ロールモザイク</p> <p>チャレンジ球技</p>	<p>frisbee カーリング</p> <p>消しゴムはんこ 作り</p> <p>テイスゲッター</p>	<p>ムービータイム</p> <p>創作・塗り絵</p>	<p>休み</p>											
<p>18</p> <p>ダンベル体操</p> <p>風船バレー</p> <p>サーキット トレーニング</p>	<p>19</p> <p>カローリング</p> <p>いきいきサロン</p> <p>血圧・体重測定</p> <p>栄養講話</p>	<p>20</p> <p>輪投げ</p> <p>べにちゃん体操 (ipad)</p> <p>俳句</p>	<p>21</p> <p>クリスマス会</p>	<p>22</p> <p>ウェルネス体操</p> <p>ストラック アウト</p>	<p>23</p> <p>コーンホール</p> <p>気軽にピククル</p> <p>クッキング</p>	<p>24</p> <p>訪問看護</p> <p>休み</p>											
<p>Music Time</p> <p>年賀状作り</p>	<p>モルック</p> <p>ヨガ (外部講師)</p>	<p>モルック</p> <p>ヨガ (外部講師)</p>	<p>クリスマス会</p>	<p>スカット ボウリング</p> <p>ポッチャ</p> <p>手芸</p>	<p>ペタンク</p> <p>美文字・ペン字</p>	<p>休み</p>											
<p>25</p> <p>frisbee カーリング</p> <p>ストレッチ (ipad)</p> <p>コグニサイズ</p>	<p>26</p> <p>ウェルネス体操</p> <p>ビリッカー</p>	<p>27</p> <p>ペタンク</p> <p>チャレンジ球技</p> <p>はつらつ体操</p>	<p>28</p> <p>棒体操</p> <p>棒ホッケー</p> <p>暮らしの教室</p>	<p>29</p> <p>大掃除</p>	<p>30</p> <p>輪投げ</p> <p>べにちゃん体操 (ipad)</p>	<p>31</p> <p>休み</p>											
<p>モルック</p> <p>しめ縄作り</p> <p>ピククルボール</p>	<p>スカットボール</p> <p>しめ縄作り</p>	<p>スカット ボウリング</p> <p>寺子屋</p>	<p>脳トレ</p> <p>卓球</p>	<p>ロング ゲートボール</p> <p>ロールモザイク</p> <p>テーブルゲーム</p>	<p>年越しそば</p> <p>Music Timu</p>	<p>休み</p>											

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
				1	2	3
				( ) チャレンジ球技		休み
				場所 一般と wakka職員(1)	一般と	
				労 wakka全体	( ) ピックルボール	
4	5	6	7	8	9	10
	テーブルゲーム		( ) 気軽にピックル (手伝い含む)	( ) ヨガ体操		休み
	( ) 演奏会練習		wakka職員(1) 一般と	wakka職員(1) 一般と		
			クリスマス創作	( ) MCT		
				wakka職員(1)		
11	12	13	14	15	16	17
	( ) 筋トレ		ストレッチ体操(畳)	クリスマス創作		休み
	wakka職員(1) 一般と		( ) 演奏会練習	( ) 演奏会練習		
	( ) 卓球					
	wakka職員(1) 一般と					
18	19	20	21	22	23	24
	コミュニケーションゲーム		クリスマス会	こころカード		休み
			一般と			
	栄養講話		クリスマス会	( ) MCT		
			一般と			
25	26	27	28	29	30	31
	( ) ビリッカー		お菓子作り	大掃除		休み
	一般と			一般と		
	( ) ピックルボール		話kka会(お話会)	テーブルゲーム (今年最後の人生ゲーム)		
	一般と					