

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
・欠席の場合は9:30までご連絡下さい。TEL023-643-8228 ・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、黙食などの感染予防にご協力よろしくお願いします。 ・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。 ・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。					1 ストラックアウト ピックルボール カラオケ プリント学習	2 休み
3 	4 ペタンク モルック	5 フリスビーカーリング 色当てフリスビー	6 ストレッチ(ipad) いきいきサロン ウェルネス体操 ビリッカー ストラックアウト フリスビー	7 棒体操 ベにちゃん体操(ipad) ストラックアウト 美文字・ペン字	8 スカットボール モルック 塗り絵・俳句 風船バレー	9 休み
10 棒体操 色当てフリスビー	11 ヨガ体操(iPad) コーンホール	12 ストラックアウト フリスビー スカットボウリング	13 棒ホッケー テーブルゲーム	14 ダンベル体操 モルック	15 軽体操 コグニサイズ 風船バレー 手芸	16 訪問看護 休み
17 スカットボール モルック	18 ビリッカー 塗り絵 はつらつ体操	19 ダンベル体操 クイズ 血圧・体重測定 スタッフおすすめムービータイム プリント学習	20 ウェルネス体操 卓球 ストラックアウト	21 ヨガ(外部講師)	22 フリスビーカーリング フリスビー 色当てフリスビー	23 訪問看護 休み
24 	25 ウェルネス体操 ボッチャ カラーリング ラダーゲッター	26 スカットボール カラーリング	27 テイスゲッター 暮らしの教室 コーンホール	28 Music Time ロールモザイク レジン手芸	29 ダンベル体操 ラダーゲッター Music Time ロールモザイク レジン手芸	30 スカットボウリング 棒ホッケー 輪投げ テイスゲッター テーブルゲーム ムービータイム 脳トレ

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
外出レク	ここからクイズ

[11月のイベント予定]

6(木)：運動部(ピックルボール・チャレンジ球技・ウォーキングサッカー・卓球のいずれか)

20(木)：運動部(ピックルボール・チャレンジ球技・ウォーキングサッカー・卓球のいずれか)

27(木)：家庭部(季節の食材を使用したレシピを検討中です)

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
大フロアのホワイトボードにてお知らせ・活動募集の掲示を確認して下さい。月初めに「今月の目標」、月末には目標の達成度と理由を各自記入して下さい。活動によっては帽子やタオル、必要な方は着替えの用意を各自お願いします。また、活動場所をプログラムに記載しています。変更になる場合がありますので、ご了承下さい。〔ロ〕→ロッカー前、〔新〕→新棟、〔面〕→面談室、〔大〕→大フロア、〔調〕→調理室、〔エ〕→エスカリエ、〔病院〕→若宮病院の一室など					1	2
	4	5	6	7	8	9
	チャレンジ球技〔新〕		ビリッカー〔新〕	棒体操〔大〕	ベにちゃん体操〔ipad〕〔新〕	休
	一般と		一般と	一般と		休
	ミセスLIVE鑑賞会〔新〕	自主トレ	スポーツ	新棟でスポーツ		み
	Wakka(2)		Wakka(2)	Wakka(2)		
10	11	12	13	14	15	16
	プログラムミーティング〔ロ〕		タスポニー〔新〕	ウェルネス体操〔大〕	ポッチャ〔新〕	休
	Wakka(1~2)		一般と	一般と		み
	ドッジビー	自主トレ	たき火について	アサーション〔面〕	創作〔ロ〕	
	Wakka(2)		Wakka(2)	wakka(1)		
17	18	19	20	21	22	23
	クイズ〔新〕		ゲーム(スイッチ)〔新〕	テーブルゲーム〔畳〕		休
	一般と		Wakka(1)	Wakka(1)		み
	スタッフおすすめムービータイム〔新〕	ヨガ体操〔新〕	妖怪セラピー	ポッチャ〔新〕 or アニマルセラピー〔畳〕	色当てアリスビー〔大〕 or ユーンホール〔新〕	
	一般と		落・wakka(1)	一般と	一般と	
24	25	26	27	28	29	30
	カードゲーム(itoなど)〔ロ〕		Wakka新聞〔ロ〕	スカットボウリング〔大〕	棒ホッケー〔新〕	休
	Wakka(1~2)		Wakka(2)	一般と		み
	グランドゴルフについて	自主トレ	ウォーキングサッカー	アサーション〔面〕	創作〔ロ〕	
	一般と		Wakka(2)	wakka(1)		

<今月目標の達成度:達成度に合わせた顔に○を付けましょう>



12345

1. 完全に達成 4. やや達成出来ず
2. 大体達成 5. 達成出来ず
3. まずまず達成

<達成度を選んだ理由:自由記載>