

令和5年5月デイケアプログラム

	日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5	6
午前		スポーツ 脳トレ	ストレッチ マナー講座	憲法記念日	みどりの日	こどもの日	PCスキルトレーニング(応用編)
午後		カフェ カフェミーティング	クラブ活動				リラクゼーション お仕事カフェ 音楽鑑賞
	7	8	9	10	11	12	13
午前		スポーツ 脳トレ	ストレッチ コミュニケーション(SST)	太極拳 パソコン教室(さわってみよう)	カフェ	ゆるスポ 健康回復プログラム	PCスキルトレーニング(応用編) リラクゼーション
午後		アサーショントレーニング PCスキルトレーニング(基礎編)	クラブ活動	カフェ準備 フラワーアレンジメント	卓球 カフェミーティング	クラブ活動	健康相談(測定) 音楽鑑賞
	14	15	16	17	18	19	20
午前		スポーツ 脳トレ	ストレッチ コミュニケーション(SST)	太極拳 パソコン教室(さわってみよう)	モーニングカフェ	ゆるスポ 健康回復プログラム	PCスキルトレーニング(応用編) リラクゼーション
午後		リラクゼーション イベント	クラブ活動	カフェ準備 カラオケ	卓球 カフェミーティング	クラブ活動	社会制度相談 音楽鑑賞
	21	22	23	24	25	26	27
午前		スポーツ 脳トレ	ストレッチ コミュニケーション(SST)	太極拳 パソコン教室(さわってみよう)	カフェ	ゆるスポ 健康回復プログラム	PCスキルトレーニング(応用編) リラクゼーション
午後		アサーショントレーニング PCスキルトレーニング(基礎編)	クラブ活動	リラクゼーション イベント	卓球 カフェミーティング	クラブ活動	フラワーアレンジメント 音楽鑑賞
	28	29	30	31			
午前		スポーツ 脳トレ	ストレッチ コミュニケーション(SST)	太極拳 パソコン教室(さわってみよう)		<午前の活動時間> 9:00 ウォーミングアップ 9:30 朝のミーティング 10:00 午前プログラム 12:00~13:00 昼食	<午後の活動時間> 13:00 午後プログラム 14:45 ミーティング 15:00 デイケア終了
午後		スマホ講座 PCスキルトレーニング(基礎編)	クラブ活動	クッキング カラオケ			

※ プログラムは変更になることがあります