




月	火 1	水 2	木 3	金 4
	みんなでクラフト	栄養教室 (胃の病気と食事のとり方①)	生活の会 (部屋の片づけ)	外出しよう※ (しまむら)
	カラオケ	百歳体操	リフレッシュの会 (お金釣りゲーム)	あさなぎの会
7	8	9	10	11
DVDタイム (ターミネーター)	SST	栄養教室 (胃の病気と食事のとり方②)	CBT 自助グループ	外出しよう※ (しまむら)
DVDタイム (ターミネーター) クラフトタイム	卓球	みんなで歌おう	リフレッシュの会 (風船バレー)	カラオケ
14	15	16	17	18
スポーツの日 	脳トレ	社会とつながろう (保険証どうなる?)	きょうも健康 (感染症対策)	外出しよう※ (しまむら)
	カラオケ	百歳体操	リフレッシュの会 (ペタリング)	あさなぎの会
21	22	23	24	25
コスモスの会	SST	ストレッチ	CBT 自助グループ	外出しよう※ (しまむら)
クラフトタイム	卓球	みんなで歌おう	リフレッシュの会 (ボール入れ)	カラオケ
28	29	30	31	
DVDタイム (必殺仕事人V6話)	脳トレ	折り紙	脳トレ	
クラフトタイム	カラオケ	百歳体操	リフレッシュの会 (風船バレー)	
<デイケア>		<デイナイトケア>		※天候・参加人数によって中止または変更となる場合があります。 
9:00～ デイケア開始・朝の集い 9:10～ 朝のミーティング 9:20～ 掃除 9:40～ ラジオ体操第1・ロコトレ 10:00～ 各プログラム・個別活動 11:00～ ウォーキング 11:45～ 昼食・口腔ケア 12:45～ ラジオ体操第2 13:05～ 昼のミーティング 13:15～ いきいき体操 13:40～ 各プログラム・個別活動 14:55～ 帰りのミーティング 15:00～ デイケア終了・帰宅		8:30～ デイナイトケア開始・朝の集い ～以降デイケアと同じ 14:55～ 夕方のミーティング 15:00～ ティータイム 15:30～ 自主活動 17:50～ 夕食・団らん 18:30～ デイナイトケア終了・帰宅		