

月	火	水	木	金
				1 外出しよう※ (ブックオフ)
				あさなぎの会
4	5	6	7	8
振替休日 	みんなでクラフト	栄養教室 (いつまでも美味しく食べよう①)	生活の会 (料理の工夫)	バーベキュー 
	カラオケ	みんなで歌おう	リフレッシュの会 (輪投げ)	
11	12	13	14	15
コスモスの会	SST	栄養教室 (いつまでも美味しく食べよう②)	自助グループ	外出しよう※ (ブックオフ)
DVDタイム (水戸黄門)	特殊詐欺講習会 (七尾警察署)	百歳体操	リフレッシュの会 (スカットボール)	カラオケ
18	19	20	21	22
個別活動 (予防接種)	脳トレ (予防接種)	社会とつながろう (選挙について)	きょうも健康 (災害時の健康対策)	外出しよう※ (ワークマン)
DVDタイム (松平右近)	カラオケ	みんなで歌おう	リフレッシュの会 (風船バレー)	あさなぎの会
25	26	27	28	29
DVDタイム (ターミネーター2)	SST	ストレッチ	やってみよう! 認知行動療法	外出しよう※ (ワークマン)
	卓球	百歳体操	リフレッシュの会 (ペタンク)	カラオケ
<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 ラジオ体操第一・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 ラジオ体操第二 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	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			