



デイケアりんずプログラム（令和7年9月）



	月	火	水	木	金
	1日	2日	3日	4日	5日
午前	ゲーム活動	ヨガ	誰でもダンス	みんなでゴルフ	創作活動
	食事 休憩	食事 休憩	食事 休憩	食事 休憩	食事 休憩
午後	懸賞にチャレンジ	紙芝居の会	リアル脱出ゲーム	SST	読書の会
	8日	9日	10日	11日	12日
午前	訪問看護師さんのプログラム	パズルしよう	季節を感じて俳句の会	自動整体で体を整えよう	ロコモ・健脚体操
	食事 休憩	食事 休憩	食事 休憩	食事 休憩	食事 休憩
午後	卓球活動	DVD鑑賞	ぼっちゃ	予定決め茶話会	マインドフルネス
	15日	16日	17日	18日	19日
午前		ピラティス・にしかわ体操	ダーツやってみよう	好きな音楽紹介してね	イージーダンストレッチ
		食事 休憩	食事 休憩	食事 休憩	食事 休憩
午後		茶道	ここれん	レクレーション	音量小さ目歌の会
	22日	23日	24日	25日	26日
午前	中野ジェームズストレッチ		エアロビダイエット	見て・書いて・話そう	DVD鑑賞
	食事 休憩		食事 休憩	食事 休憩	食事 休憩
午後	脳トレ活動		簡単おやつ作り	ハンドベル	ぼっちゃ
	29日	30日			
午前	ぬりえ	書道	ショート利用時間 ①9:00~12:00		
	食事 休憩	食事 休憩	②9:30~12:30		
午後	カービーダンス	卓球活動	③12:30~15:30		

