

# デイケアりんずプログラム（令和4年10月）



	月	火	水	木	金
	3日	4日	5日	6日	7日
午前	アート活動	自動整体で体を整えよう	困ったことを解決！SST	創作活動	ボウリング
	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	デイケアりんず通信	みんなでダーツ	新☆カービーダンス	ゲーム活動
	10日	11日	12日	13日	14日
午前	おやすみ 	紙芝居の会	DVD鑑賞	予定決め茶話会	ヒップホップダンス
		食事 休憩	食事 休憩	食事 休憩	食事 休憩
午後		イージーダンストレッチ	リアル脱出ゲーム	ハンドベル	ミニチュアドールハウスづくり
	17日	18日	19日	20日	21日
午前	ダイエットプログラム	創作活動	好きな音楽紹介してね	脳トレ活動	茶道
	食事 休憩	食事 休憩	食事 休憩	食事 休憩	食事 休憩
午後	見て・書いて・話そう	美ールペン字	卓球活動	秋のウォーキング	ぼっちゃん
	24日	25日	26日	27日	28日
午前	作業療法	しるしる探検隊	ピラティス・にしかわ体操	こまつ検定	看護師の健康講座
	食事 休憩	食事 休憩	食事 休憩	食事 休憩	食事 休憩
午後	DVD鑑賞	新聞紙レクレーション	歩いてからの俳句活動	マインドフルネス	ロコモ・健脚体操
	31日				
午前	漢字で遊ぼう	ショート利用時間 ①9:00~12:00 ②9:30~12:30 ③12:30~15:30 			
	食事 休憩				
午後	ヨガ				

