

デイケア「桜の咲く丘」  
♪ 5月のプログラム ♪

2024年5月

	月	火	水	木	金	土
午前			1 自分探してコラボしよう	2 マイペースサロン	3 祝日 (憲法記念日)	4 祝日(みどりの日)
午後			二重課題で 頭も体も動かそう	3000歩 楽しく歩いてみよう		
午前	6 祝日 (振替休日)	7 身体測定	8 自分探し 頭の体操	9 マイペースサロン	10 あなたの考え方チャートを作ろう	11 モルック
午後		読書の会	アフタヌーンストレッチ	コグトレ ～見る力・聞く力・集中力を身につけよう～	バスケットボール ～運動公園へ外出～ ※1時までに来所ください 靴をご持参ください	
午前	13 怒りの感情について学ぼう	14 モーニングエクササイズ	15 山口OTの Move Big! Think Big!	16 マイペースサロン	17 注意サインと対処法について学ぶグループ	18 仕事について語り合う会 マイペースサロン
午後	お手軽サーキットトレーニング	新聞くらぶ 図書館へ行こう	軽スポーツ	ヨガ療法 ～外部講師～	ボッチャをしよう	
午前	20 クリエイティブアワー (話し合い・計画)	21 軽スポーツ	22 シェアグループ	23 マイペースサロン	24 注意サインと対処法について学ぶグループ	25 歌を歌おう
午後	何でも話せる会 デイケアガーデン	簡単お菓子作り	歌を楽しもう	絵を描こう	ロボっとコミュトレ (きくロボ・見習いソータ)	目標5000歩! しっかり歩こう会
午前	27 クリエイティブアワー (準備)	28 モーニングエクササイズ	29 心のエクササイズ	30 マイペースサロン	31 注意サインと対処法について学ぶグループ	
午後	エクササイズグループ	新聞くらぶ さわやか講座	交流しよう コミュニケーションゲーム	Let'sエクササイズ	モルック	

☆急に予定が変更になる場合があります。ご了承ください。

☆色付きのプログラムはメンバー固定です。

☆運動プログラム(モーニングエクササイズ・サーキットトレーニング・エクササイズグループ)の際は、運動しやすい服装や靴のご持参をお願いします。