

デイケアCグループ 週間プログラム

	月	火	木	金	土
8 : 45 ~	開所	開所	開所	開所	開所
9 : 30 ~	朝の会 10分間ウォーキング	朝の会	朝の会 10分間ウォーキング	朝の会	朝の会 10分間ウォーキング
10 : 00 ~ 午前の活動	音楽鑑賞	簡単な勉強会	ウェルネス体操	ストレッチ	歌を歌う会
	ダンス	ストレッチ	歌で学習	教養・雑学クラブ	座って体操
	お菓子作り (1週目)	英語クラブ	将棋同好会	水墨画同好会	料理 (季節ごと)
	園芸 (2・4週目)	料理 (季節ごと)			中国語講座 (1・3週目)
		お菓子作り (3週目)			
11 : 00 ~	10分間ウォーキング	10分間ウォーキング	10分間ウォーキング	10分間ウォーキング	10分間ウォーキング
13 : 15 ~ 午後の活動	勉強会	カラオケ	カラオケ	手工芸	ビデオ同好会
	絵画	頭の体操	茶道同好会	頭の体操	ゲートボール同好会
	太極拳体操	ビデオ同好会	囲碁同好会	卓球同好会	麻雀同好会
	お菓子試食 (1週目)	陶芸 (3週目)	ABCクラス	写真クラブ (3週目)	文芸クラブ (2・4週目)
	ペン字・書道同好会	お菓子試食 (3週目)	健康チェック (1週目)	ドイツ語講座 (2週目)	喫茶 (1・5週目)
		健康チェック (1週目)		温故知新 (4週目)	掃除 (3週目)
				誕生会 (2ヶ月に1度)	
	終わりの会 10分間ウォーキング	終わりの会 10分間ウォーキング	終わりの会 10分間ウォーキング	終わりの会 10分間ウォーキング	終わりの会 10分間ウォーキング
15 : 30 ~	閉所	閉所	閉所	閉所	閉所

※ 予定は変更されることがありますので、朝の会・終わりの会でご確認ください。

デイ・ナイトケア 週間プログラム

	月	火	木	金	土
8 : 4 5	開所	開所	開所	開所	開所
9 : 3 0 ~	朝の会 10 分間ウォーキング	朝の会	朝の会 10 分間ウォーキング	朝の会	朝の会 10 分間ウォーキング
1 0 : 0 0 ~ 午前の活動	音楽鑑賞	簡単な勉強会	ウェルネス体操	ストレッチ	歌を歌う会
	ダンス	ストレッチ	歌で学習	教養・雑学クラブ	座って体操
	お菓子作り (1 週目)	英語クラブ	将棋同好会	水墨画同好会	料理 (季節ごと)
	園芸 (2・4 週目)	料理 (季節ごと)			中国語講座 (1・3 週目)
		お菓子作り (3 週目)			
1 1 : 0 0 ~	10 分間ウォーキング	10 分間ウォーキング	10 分間ウォーキング	10 分間ウォーキング	10 分間ウォーキング
1 3 : 1 5 ~ 午後の活動	勉強会	カラオケ	カラオケ	手工芸	ビデオ同好会
	絵画	頭の体操	茶道同好会	頭の体操	ゲートボール同好会
	太極拳体操	ビデオ同好会	囲碁同好会	卓球同好会	麻雀同好会
	お菓子試食 (1 週目)	陶芸 (3 週目)	ABC クラス	写真クラブ (3 週目)	文芸クラブ (2・4 週目)
	ペン字・書道同好会	お菓子試食 (3 週目)	健康チェック (1 週目)	ドイツ語講座 (2 週目)	喫茶 (1・5 週目)
		健康チェック (1 週目)		温故知新 (4 週目)	大掃除 (3 週目)
				誕生会 (2 ヶ月に 1 度)	
1 4 : 5 0 ~	終わりの会 10 分間ウォーキング	終わりの会 10 分間ウォーキング	終わりの会 10 分間ウォーキング	終わりの会 10 分間ウォーキング	終わりの会 10 分間ウォーキング
1 5 : 4 5 ~ 夕の活動	カラオケ	歌を歌う会 (週交代) 音楽鑑賞	脳トレ ゲーム大会 (月 1 回)	体操	茶話会 話し合い・ティータイム (月 1 回)
1 8 : 3 0	閉所	閉所	閉所	閉所	閉所

※ 予定は変更されることがありますので、朝の会・終わりの会でご確認ください。