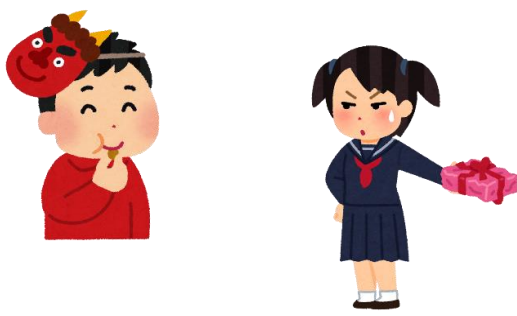





# かけはし第3デイケア

# 如 月

月		火		水		木		金	
		1		1		2		3	
		体操		創作		ステップアップ		YouTube運動	
		身体体力測定※3						DVD鑑賞 午後1時~/ 就B学習G1	
6		7		8		9		10	
体操		体操		体操		みんなdeクイズ		体操	
テーブルゲーム		ダンベル体操		脳トレ				ボッチャ	
体幹トレーニング/ 交友クラブⅠ		室内レク/ 健康クラブⅠ		有酸素室運動/ 対人交流クラブⅠ		ラダーゲッター		YouTube運動/ 就B学習G2	
13		14		15		16		17	
体操		体操		体操		体操		体操	
創作/ お菓子作り (女子)		ほっとCafé 		選択プログラム		中間評価		モルック	
交友会		卓球/ 健康クラブⅡ		有酸素室運動/ 対人交流クラブⅡ				エンタメ活動/ 就B学習G3	
20		21		22		23		24	
体操		カラーリング		体操		天皇誕生日		体操	
ピククルボール		教えてナースⅠ ※午後1時開始 		ペン字				JS活動	
全体MT				有酸素室運動				エンタメ活動	
27		28		※1 休みの連絡は8:00~9:00までに連絡をお願いします。 TEL0238-50-1525 ※2 感染状況により活動内容が変更になる場合がありますので、ご了承ください。 ※3 身体体力測定の日に参加できなかった方は、別の日に計測をお願いします。					
体操		ハッスルマッスル							
YouTube運動		教えてナースⅡ ※午後1時開始 							
大掃除									

## ○活動時間の案内

- ・午前 前半10:00~10:30 15分休憩 後半10:45~11:45
- ・午後 13:15~14:15

体力アップ・健康維持を目指そう	社会生活に必要な力を養おう	コミュニケーション力を養おう	気分転換を 図ろう	生活をより良く過ごすための力を養おう	脳を活性化させ 集中力を高めよう
-----------------	---------------	----------------	--------------	--------------------	---------------------