



2024年7月プログラム 予定表

～デイケアなごみ・ほほえみ～

時間		月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5	6
9:15～10:00	お休み	SST	カラオケ	スポーツ	スポーツ 美術教室	園芸	土曜デイケア (フリー)
10:00～11:30		調理実習 卓上ゲーム・健康体操 ウォーキング	調理実習 卓上ゲーム・健康体操 English Time	卓上ゲーム・健康体操 ウォーキング	卓上ゲーム・健康体操 English Class	カラオケ	
13:00～14:00		手芸 麻雀	手芸 麻雀	静坐瞑想	手芸 麻雀	手芸 ヨガ	
14:10～14:45		卓上ゲーム	卓上ゲーム	卓上ゲーム	卓上ゲーム	卓上ゲーム	
	7	8	9	10	11	12	13
9:15～10:00	お休み	VR SST	カラオケ	スポーツ	スポーツ 美術教室	園芸	土曜デイケア (フリー)
10:00～11:30		卓上ゲーム・健康体操 ウォーキング	卓上ゲーム・健康体操 English Time	卓上ゲーム・健康体操 ウォーキング	卓上ゲーム・健康体操 English Class	カラオケ	
13:00～14:00		手芸 麻雀	手芸 麻雀	手芸 ヨガ	手芸 麻雀	Body Scan	
14:10～14:45		卓上ゲーム	ZUMBA?	卓上ゲーム	ZUMBA?	座談会	
	14	15	16	17	18	19	20
9:15～10:00	お休み	 お休み	カラオケ	スポーツ	スポーツ 美術教室	園芸	土曜デイケア (フリー)
10:00～11:30			卓上ゲーム・健康体操 English Time	卓上ゲーム・健康体操 ウォーキング	卓上ゲーム・健康体操 English Class	カラオケ大会	
13:00～14:00			手芸 麻雀	Body Scan	手芸 麻雀	手芸 ヨガ	
14:10～14:45			卓上ゲーム	卓上ゲーム	卓上ゲーム	卓上ゲーム	
	21	22	23	24	25	26	27
9:15～10:00	お休み	VR SST	カラオケ	スポーツ	スポーツ 美術教室	園芸	土曜デイケア (フリー)
10:00～11:30		卓上ゲーム・健康体操 ウォーキング	卓上ゲーム・健康体操 English Time	卓上ゲーム・健康体操 ウォーキング	卓上ゲーム・健康体操 English Class	カラオケ	
13:00～14:00		手芸 麻雀	手芸 麻雀	手芸 ヨガ	手芸 麻雀	静坐瞑想	
14:10～14:45		卓上ゲーム	卓上ゲーム	卓上ゲーム	ZUMBA?	座談会	
	28	29	30	31			
9:15～10:00	お休み	SST	カラオケ	スポーツ			
10:00～11:30		卓上ゲーム・健康体操 ウォーキング	卓上ゲーム・健康体操 English Time	卓上ゲーム・健康体操 ウォーキング			
13:00～14:00		手芸 麻雀	手芸 麻雀	静坐瞑想			
14:10～14:45		音楽療法	卓上ゲーム	卓上ゲーム			