



プログラム 予定表 ～デイケアいなほ～

時間	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
AM	脳活	ストレス コントロール	共通プログラム	共通プログラム	健康プログラム (ふまねっと)	土曜デイケア (フリー)
13:00	健康体操・頭の体操	健康体操	健康体操・頭の体操	グッジョブ セミナー	ラジオ体操 第二 健康体操	
PM	フリー	革細工	フリー		カラオケ	
	8	9	10	11	12	13
AM	コグトレ	心理プログラム	共通プログラム	共通プログラム	健康プログラム (プレインジム)	土曜デイケア (フリー)
13:00	健康体操・頭の体操	健康体操	健康体操・頭の体操	なごやかSST ゆるやかSST	ラジオ体操 第二 健康体操	
PM	フリー	フリー	フリー		カラオケ	
	15	16	17	18	19	20
AM	 敬老の日	調理実習 ストレス コントロール	共通プログラム	共通プログラム	健康プログラム (ふまねっと)	土曜デイケア (フリー)
13:00		健康体操	健康体操・頭の体操	グッジョブ セミナー	ラジオ体操 第二 健康体操	
PM		お休み	革細工		フリー	
	22	23	24	25	26	27
AM	脳活	 秋分の日	共通プログラム	共通プログラム	健康プログラム (栄養講座)	土曜デイケア (フリー)
13:00	健康体操・頭の体操		健康体操・頭の体操	なごやかSST ゆるやかSST	ラジオ体操 第二 健康体操	
PM	フリー		フリー		カラオケ	
	29	30				
AM	コグトレ	心理プログラム				
13:00	健康体操・頭の体操	健康体操				
PM	フリー	フリー				