

デイケア「桜の咲く丘」  
♪ 3月のプログラム ♪

2023年3月

	月	火	水	木	金	土
午前			1 みんなで本シエルジュ	2 マイペースサロン	3 IMR 疾病管理とリハビリ	4 卓球
午後			お手軽 サーキットトレーニング	力を調節しよう ～湯豆腐チャレンジ～	モルック ミニフットサル	
午前	6 ドッグセラピー 体験🐕	7 身体測定	8 本活 サークル ～図書館へ～	9 マイペース サロン	10 IMR 疾病管理とリハビリ	11 歌を歌おう♪
午後	エクササイズ グループ	お手軽 サーキット トレーニング ゆっくり 茶～ずで～ ちや～ずで～	お米ピザ作り ～計画～	絵を描こう	バドミントン ～運動公園へ外出～ ※1時までに来所してください シューズがある方は持参ください	
午前	13 ウェルネス クラブ	月曜 グループ	14 モーニング エクササイズ	15 心のエクササイズ	16 マイペースサロン	17 IMR 疾病管理とリハビリ
午後	デイケアミーティング	今井アイス工房 ～フルフルシェイキング～	すごろくゲーム	ヨガ療法 ～外部講師～	輪投げ ソフトバレエ	18 仕事に ついて 語り合う会
午前	20 ウェルネス クラブ	月曜 グループ	21 お休み (春分の日)	22 お米ピザを 作ろう	23 マイペースサロン	24 IMR 疾病管理とリハビリ
午後	何でも 話せる会	デイケア ガーデン		コミュニケーションゲーム	ハツ・ササイズ ～沖縄エイサー踊り～	25 アロマを体験しよう ～外部講師～
午前	27 ウェルネス クラブ	月曜 グループ	28 モーニング エクササイズ	29 シェアグループ	30 マイペースサロン	31 IMR 疾病管理とリハビリ
午後	昔の遊び体験	Enjoy Music ゆっくり 茶～ずで～ ちや～ずで～	お花見の予定を立てよう	春探しウォーキング	卓球	マイペース サロン ・ 'ロボ'っと コミュレ

☆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。

☆体育館のプログラムでは、体育館シューズのご持参をお願いします。