

# 2022年 8月 デイトナイトケアプログラム予定表

	月	火	水	木	金
AM	1 ・スポーツ ・ふりーたいむ	2	3 ・書道 ・ふりーたいむ	4 ・大掃除 	5 ・プログラム委員会
PM	・デイトナイトケア委員会		・夏まつりの話し合い 	・映画 ・ふりーたいむ	・パソコン ・ふりーたいむ
AM	8 ・創作 ・コラージュ	9	10 ・ぬり絵 ・ふりーたいむ	11 	12 ・スポーツ ・ふりーたいむ
PM	・音楽鑑賞 ・ふりーたいむ		・生花 ・ふりーたいむ		・夏祭りの話し合い 
AM	15 	16	17 ・夏まつり準備 	18 	19 ・音楽鑑賞 ・ふりーたいむ
PM	お盆 		・心理学豆知識 ・ふりーたいむ		・夏祭りの振り返り
AM	22 ・クローバー ・パソコン ・ふりーたいむ	23	24 ・クローバー ・もみじの会 ・ふりーたいむ	25 ・園芸 ・スポーツ	26 ・ハンドマッサージ ・ふりーたいむ
PM	・ストレッチ ・ふりーたいむ		・絵画 ・ふりーたいむ	・映画 ・ふりーたいむ	・誕生日会 
AM	29 ・クローバー ・ふりーたいむ	30	31 ・ガーデニング ・ふりーたいむ	夏バテしたな...と思ったときに☆ 体を冷やしすぎないこと、質の良い睡眠をとること、こまめな水分補給、そして栄養バランスの良い食事だそうです。なかでもうなぎ・豚肉・旬の夏野菜・のど越しの良い麺類です。これから暑くなるので、体に気をつけて過ごしましょうね!!! 	
PM	・音楽鑑賞 ・ふりーたいむ		・リラックス体操 ・ぬり絵		

\*プログラムは変更する場合があります。 \*ふりーたいむは自由に自分のしたいことが