

# R3年7月月間プログラム予定表

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日					
	7月は気温も上がり、活動等で汗をかきやすい時期です。熱中症を防ぐうえで大事なことは、「体温の上昇を防ぐ」とこと、「体の熱を上手に放出する」こと。汗をかき、かいた汗を肌に残したままにしないことがポイントです。着替えの洋服を準備し適時着替えを行い、体温管理に努めてください。水分をこまめにとったり、外出時は帽子をかぶるなどして熱中症脱水症にならないように気を付けましょう。園芸・散歩などの屋外活動は気温が30度以上超えた場合、中止とさせていただきます。今月は、ワクチン接種の為「革細工」は中止とさせていただきます。			1	2	3	4					
A M				カラオケ	ストライク ゲーム	イス体操	ミニバレー	カラオケ	自主選択	カラオケ	自主選択	
P M				企画検討		企画検討		カラオケ	自主選択	カラオケ	自主選択	
N				なんでも寺小屋	園芸	パックマン	シャッフル ゴルフ					
	5	6	7	8	9	10	11					
A M	陶芸 ビンゴだ ボード	調理 パックマン	調理 パソコン	手工芸・読書 パックマン	イス体操	ミニバレー	ピンポン玉 ゲーム	散歩	カラオケ	自主選択	カラオケ	自主選択
P M	企画検討 卓球	ボッチャ	企画検討 玉ころがし ゲーム	リラクゼーション 瞑想	園芸	献立	手工芸・読書		カラオケ	自主選択	カラオケ	自主選択
N	カラオケ	ビンゴだボード	ブルーレイ鑑賞	玉転がしゲーム	お手玉キャッチ	休み	休み	休み	休み	休み	休み	
	12	13	14	15	16	17	18					
A M	陶芸 ポケネット	脳力開発	ビリヤード	卓球	カラオケ	ストライク ゲーム	輪投げ	パソコン	カラオケ	ポケネット	カラオケ	自主選択
P M	園芸	献立	シャッフル ゴルフ	バドミントン	ミニバレー	イス体操	なんでも寺小屋	エキサイト ボーリング	映画鑑賞会	輪投げ	カラオケ	自主選択
N	パックマン	エキサイトボーリング	ビンゴだボード	ビリヤード	玉転がしゲーム	休み	休み	休み	休み	休み	休み	
	19	20	21	22海の日	23スポーツの日	24	25					
A M	陶芸 ピンポン玉 ゲーム	パソコン	調理 ポケネット	エキサイト ボーリング	ブルーレイ 鑑賞	カラオケ	自主選択	カラオケ	自主選択	カラオケ	自主選択	
P M	ブルーレイ鑑賞	お手玉 キャッチ	園芸	フラダンス	ボッチャ	卓球	カラオケ	自主選択	カラオケ	自主選択	カラオケ	自主選択
N	ボッチャ	輪投げ	カラオケ	休み	休み	休み	休み	休み	休み	休み	休み	
	26	27	28	29	30	31	★今月の行事★					
A M	陶芸 イス体操	ミニバレー	調理 ゲート通し	バドミントン	卓球	ピンポン玉 ゲーム	ビンゴだ ボード	パソコン	カラオケ	自主選択	●8日(木):コロナワクチン接種 ●9日(金):コロナワクチン接種 ●16日(金):映画鑑賞会 ●29日(木):コロナワクチン接種 ●30日(金):コロナワクチン接種	
P M	ビリヤード	手工芸・読書	献立	エキサイト ボーリング	お手玉 キャッチ	リラクゼーション 瞑想	手工芸・読書		カラオケ	自主選択		
N	シャッフルゴルフ	ブルーレイ鑑賞	脳力開発	ゲート通し	ブルーレイ鑑賞	ブルーレイ鑑賞	ブルーレイ鑑賞	ブルーレイ鑑賞	ブルーレイ鑑賞	ブルーレイ鑑賞		

活動時間

デイケア 10:00~16:00  
 ショートケア 10:00~13:00、13:00~16:00  
 デイナイトケア 8:30~18:30

給食時間

朝:8:40~  
 昼:12:20~  
 晩:17:45~

※食事も活動時間の中に含まれます。