



2018年8月南信病院デイケアセンター一月間予定表



	日	月	火	水	木	金	土
am				1 エクササイズ めざせ！ エンパワメント	2	3 エクササイズ 話し合い/JBT	4 園芸/JBT
pm				音楽		万の会	憩いの時間
am	5	6 エクササイズ SST/JBT	7 園芸/JBT	8 エクササイズ めざせ！ エンパワメント	9	10 エクササイズ 話し合い/JBT	11 山の日
pm		レク&スポーツ	ヘルシークッキング/ バレー	音楽		体力測定	
am	12	13 憩いの時間	14 お休み	15 お休み	16	17 エクササイズ 話し合い/JBT	18 園芸/JBT
pm		お休み				上映会	憩いの時間
am	19	20 エクササイズ SST/JBT	21 園芸/JBT	22 レクレーション スポーツ 	23	24 ボウリング・ ビリヤード大会 AM/JBT 	25 園芸/JBT
pm		レク&スポーツ	イキイキ健康講座			憩いの時間	
am	26	27 エクササイズ SST/JBT	28 園芸/JBT	29 エクササイズ めざせ！ エンパワメント	30	31 エクササイズ 話し合い/JBT	
pm		レク&スポーツ	ヘルシークッキング/ バレー	音楽		サンスポート駒ヶ根	

☆ 10日(金)は3ヵ月に一度の体力測定を行います。

☆ 13日(月)午後～16日(金)お盆のため外来、デイケアはお休みになります。調子を崩さないよう、気をつけて過ごしましょう。

☆ 24日(金)はボウリング&ビリヤード大会を開催します。豪華景品もあるかも!?(^o^)

☆ 猛暑が続きます。適度な水分・塩分の補給、睡眠をしっかりとりなど、体調管理に十分注意してください。

☆ 午後から参加の方は12時までにお越しください。

☆ 都合により、予定が変更になる場合がありますのでご了承ください。

