

デイサービスセンター いわま プログラム予定表



		月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜
				1	2	3	4	5
ホール	午前			☆下肢筋力強化プログラム				
				ダンベル体操		ひばり体操		
	棒体操			朝が来た体操				
	エンジョイタイム							
午後	笠間稲荷		獅子頭公園					
		6	7	8	9	10	11	12
ホール	午前	☆下肢筋力強化プログラム			☆下肢筋力強化プログラム			
		お手玉体操			朝が来た体操	リラックス体操		
	水戸黄門体操		棒体操		パプリカ体操			
	午後	エンジョイタイム			エンジョイタイム			
ダチョウ王国		北山公園	愛宕山					
		13	14	15	16	17	18	19
ホール	午前	☆下肢筋力強化プログラム						
		リラックス体操		棒体操		タオル体操		
	ダンベル体操		ズンドコ体操		お手玉体操			
	午後	エンジョイタイム						
北山公園		獅子頭公園		笠間芸術の森公園				
		20	21	22	23	24	25	26
ホール	午前	☆下肢筋力強化プログラム		☆下肢筋力強化プログラム				
		棒体操		ダンベル体操		青竹体操		
	パプリカ体操	リラックス体操		ひばり体操				
	午後	エンジョイタイム		エンジョイタイム				
ダチョウ王国		愛宕山		飯田ダム				
		27	28	29	30			
ホール	午前	☆下肢筋力強化プログラム						
		ダンベル体操	朝が来た体操					
	水戸黄門体操	パプリカ体操						
	午後	エンジョイタイム						
笠間稲荷		北山公園						

☆ お し ら せ ☆

☆イベント

- ・ 行事参加予定の方は職員までご連絡ください。
- ・ 都合により、予定が変更になる場合もございます。名称等、ご不明な点がございましたら、お気軽にお問い合わせください。
- ・ カットは4/20(月)になります。ご希望の方は職員までお申し出ください。



☆ボードゲームで脳を活性化！
デイサービスセンターいわまでは
将棋が人気です♪



☆毎日開催！ドライブツアー！
何気ない日常や、四季折々の景色が楽しめるとご好評を頂いております。

行先は当日変更になる場合がございます。

