









# さくら通りクリニック デイケア 2020年 5月 月間プログラム表

1日:ロコモ体操をプログラムとしてスタートします！外出自粛の要請がある中、筋力の低下が気になりませんか？是非一緒に寝たきり予防のための運動「ロコモ体操」をしましょう！  
 6日:祝日開所致します！昼食にほっともったのお弁当をとりますので、お楽しみに☆申込みは1日までとなりますので、ご注意ください！  
 6日:青空ストレッチが始まります！さくらガーデンの広々とした庭で身体を動かしたり、ゴロゴロしたり、とっても気持ちがいいですよ！是非お楽しみに☆  
 9日:クロスワードパズルを行います！頭の体操にもなりますので、是非ご参加ください。  
 22日:DVD鑑賞会を実施します。アーティストのライブ映像などを流したいと思しますので、流してほしい映像等ございましたら、是非DVDをお持ちください！  
 26日:昼食にマイヨール弁当をとりたいと思います。事前の予約が必要となりますので、ご希望の方はスタッフまでお声掛けください。  
 27日:NGワードゲームを行います！盛り上がること間違いなし！多くの方のご参加をお待ちしております☆

|  |                   |
|--|-------------------|
| 金<br>1   | 土<br>2            |
| 園芸クラブ<br>さくらんぼの会   | ガーデンウォーキング<br>塗り絵 |
| さくらスポーツ<br>ロコモ体操  | コーラス<br>元気アップ塾    |

|           |  |  |  |  |                                 |   |
|-----------|--|--|--|--|---------------------------------|---|
| 日<br>3    | 月<br>4   | 火<br>5   | 水 祝日開催<br>6  | 木<br>7                                   | 金<br>8                          | 土<br>9  |
| 憲法<br>記念日 | 5月4日<br><br>みどりの日 | <br>こどもの日 | 気ままの間 <br>～昼食弁当ほっともった～<br>卓球大会<br>青空ストレッチ  | クリニッククリーン作戦<br>～お茶会～<br>美文字クラブ<br>元気アップ塾 | 園芸クラブ<br>朗読会<br>さくらスポーツ<br>コーラス | クロスワードパズル<br>卓球 <br>だるま落とし<br>カラオケ |

|         |                               |   |   |  |                                   |  |
|---------|-------------------------------|---|---|--|-----------------------------------|--|
| 日<br>10 | 月<br>11                       | 火<br>12   | 水<br>13   | 木<br>14  | 金<br>15                           | 土<br>16  |
| 休み      | 全体ミーティング<br>俳句を作ろう<br>さくらスポーツ | ウッドアート<br>断酒自助グループ<br>写し絵<br>ダンス部  | 気ままの間<br>ストレッチ<br>カラオケ  | 青空ストレッチ<br>卓球 <br>ガーデンウォーキング<br>さくらんぼの会 | 園芸クラブ<br>ダーツ大会<br>さくらスポーツ<br>コーラス | 映画鑑賞会<br>ロコモ体操 <br>エクササイズ<br>カラオケ |

|         |                          |   |                              |   |                                   |   |
|---------|--------------------------|---|------------------------------|---|-----------------------------------|---|
| 日<br>17 | 月<br>18                  | 火<br>19   | 水<br>20                      | 木<br>21   | 金<br>22                           | 土<br>23   |
| 休み      | 気ままの間<br>朗読会<br>断酒自助グループ | 木版画<br>ガーデンウォーキング<br>カラオケ<br>コーラス  | 気ままの間<br>地域クリーン作戦<br>頭の体操(英) | 青空ストレッチ<br>卓球 <br>頭の体操(社)<br>ダーツ大会 | 園芸クラブ<br>塗り絵<br>さくらスポーツ<br>DVD鑑賞会 | 健康クラブ<br>～元気アップ(2F)～<br>健康教室<br>「食中毒予防<br>について」  |

|            |  |   |  |                        |  |  |
|------------|--|---|--|------------------------|--|--|
| 日<br>24/31 | 月<br>25  | 火<br>26   | 水<br>27  | 木<br>28                | 金<br>29                                | 土<br>30  |
| 休み         | 気ままの間<br>書道クラブ<br>卓球 <br>誕生日会 | ウッドアート<br>地域クリーン作戦<br>～昼食マイヨール弁当～<br>ダンス部<br>カラオケ  | ガーデンウォーキング<br>NGワードゲーム<br>コーラス<br>さくらスポーツ  | クイズ大会<br>美文字クラブ<br>写し絵 | 園芸クラブ<br>俳句をつくろう<br>さくらスポーツ<br>頭の体操(国) | ロコモ体操<br>なぞなぞ大会 <br>元気アップ塾<br>塗り絵 |





