

# 2022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 SST	2 グリーンベース	3 エクササイズ めざせ！ エンパワメント	4	5 エクササイズ 話し合い	6 グリーンベース
pm		スポーツ	イキイキ健康講座	お・い・な		万の会	憩いの時間
am	7	8 エクササイズ SST	9 グリーンベース	10 エクササイズ めざせ！ エンパワメント	11 山の日	12 エクササイズ 話し合い	13 <b>盆休み</b>
pm		スポーツ	ヘルシークッキング/ スポーツ	お・い・な		<b>体力測定</b>	
am	14 	15 <b>盆休み</b>	16 <b>盆休み</b>	17 レクレーション スポーツ	18	19 エクササイズ 話し合い	20 グリーンベース
pm							
am	21	22 エクササイズ SST	23 グリーンベース	24 エクササイズ めざせ！ エンパワメント	25	26 <b>サマーパーティー</b>	27 グリーンベース
pm		スポーツ	ヘルシークッキング/ スポーツ	お・い・な			
am	28	29 エクササイズ SST	30 グリーンベース	31 エクササイズ めざせ！ エンパワメント			
pm		スポーツ	イキイキ健康講座	お・い・な			
am	<p>☆イベント（サマーパーティー）の詳細は話し合いで決めていきます。                  ☆12日（金）は3ヶ月に一度の体力測定を行います。記録用紙がある方は持参して下さい。                  ☆13日（土）～16日（火）お盆休みのため外来・デイケアはお休みになります。生活リズムを崩さないよう、気を付けて過ごしましょう。                  ☆引き続き新型コロナウイルス感染防止対策・熱中症対策をし、体調管理に十分注意してください。</p>						
pm	<p>☆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。</p>						