

# つがる（日常生活支援機能コース） 8月のプログラム

日中の生活支援を行うコースです。利用する方が心身ともに充実した毎日を送られるようサポートします。

目標

暑さが続きますので、まだまだ以下の2点に気をつけましょう。

- ①食べ物の管理に気を配り、食中毒を予防する。
- ②水分補給をし、熱中症対策をしていく。

月	火	水	木	金
	<b>1</b> AM ・健康ストレッチ PM ・みちのく ・自主活動（クラフトあり）	<b>2</b> AM ・軽スポーツ ・クラフト PM ・全体会&クリーンデイ	<b>3</b> AM ・軽スポーツ PM ・自主活動（クラフトあり）	<b>4</b> AM ・室内スポーツ ・クラフト PM ・デイケアの知恵袋 ・自主活動
<b>7</b> AM ・軽スポーツ ・畑 PM ・つがるの時間	<b>8</b> AM ・健康ストレッチ PM ・今月のお野菜 ・自主活動（クラフトあり）	<b>9</b> AM ・軽スポーツ PM ・楽器の時間 ・自主活動（クラフトあり）	<b>10</b> AM ・軽スポーツ PM ・自主活動（クラフトあり）	山の日
<b>14</b> AM ・軽スポーツ ・畑 PM ・クラフト/習字/ペン習字 ・自主活動	<b>15</b> AM ・健康ストレッチ PM ・みちのく ・自主活動（クラフトあり）	<b>16</b> AM ・軽スポーツ ・クラフト PM ・自主活動	<b>17</b> AM ・軽スポーツ PM ・自主活動（クラフトあり）	
<b>21</b> AM ・軽スポーツ ・畑 PM ・クラフト/習字/ペン習字 フラワーアレンジメント ・自主活動	<b>22</b> AM ・健康ストレッチ PM ・楽器の時間 ・自主活動（クラフトあり）	<b>23</b> AM ・軽スポーツ ・クラフト PM ・中山さんと気楽に話そう♪ ・自主活動	<b>24</b> AM ・軽スポーツ PM ・中山さんと気楽に話そう♪ ・自主活動	<b>25</b> AM ・スポーツ（サンビレッジ） ・自主活動（クラフトあり） PM ・自主活動
<b>28</b> AM ・軽スポーツ ・畑 PM ・クラフト/習字/ペン習字 フラワーアレンジメント ・自主活動	<b>29</b> AM ・健康ストレッチ PM ・みちのく ・自主活動（クラフトあり）	<b>30</b> AM ・軽スポーツ ・クラフト PM ・自主活動	<b>31</b> AM ・軽スポーツ PM ・自主活動（クラフトあり）	