

つがる（日常生活支援機能コース） 7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	暑さが本番になるので、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
3 ・軽スポーツ AM ・畑 PM ・全体会&クリーンデイ	4 ・健康ストレッチ AM PM ・みちのく ・自主活動（クラフトあり）	5 ・軽スポーツ AM ・クラフト PM ・自主活動	6 ・軽スポーツ AM PM ・自主活動（クラフトあり）	7 ・室内スポーツ AM ・クラフト PM ・デイケアの知恵袋 ・自主活動
10 ・軽スポーツ AM ・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	11 ・健康ストレッチ AM PM ・今月のお野菜 ・自主活動（クラフトあり）	12 ・軽スポーツ AM PM ・楽器の時間 ・自主活動（クラフトあり）	13 ・軽スポーツ AM PM ・自主活動（クラフトあり）	14 ・室内スポーツ AM ・クラフト PM ・自主活動
17 海の日	18 ・健康ストレッチ AM PM ・みちのく ・自主活動（クラフトあり）	19 ・軽スポーツ AM ・クラフト PM ・自主活動	20 ・軽スポーツ AM PM ・自主活動（クラフトあり）	21 ・室内スポーツ AM ・クラフト PM ・気軽に学ぼうミニ健康講座 ・自主活動
24 ・軽スポーツ AM ・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	25 ・健康ストレッチ AM PM ・楽器の時間 ・自主活動（クラフトあり）	26 ・軽スポーツ AM ・クラフト PM ・中山さんと気楽に話そう♪ ・自主活動	27 ・軽スポーツ AM PM ・中山さんと気楽に話そう♪ ・自主活動	28 ・スポーツ（サンビレッジ） AM ・自主活動（クラフトあり） PM ・自主活動
31 ・軽スポーツ AM ・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				

畑は天候次第で変更になる事もあります。
宜しくお祈りいたします。