

毎日開催 プログラム	TRX	1階ホール健康体操	囲碁	将棋	オセロ	麻雀	
	朝体操	プール	お楽しみ動画上映	カエル叩き	カラオケ	パチンコ	

2022年	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
	2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日
スタジオ体操 14時	スタジオ体操	スタジオ体操	スタジオ体操	スタジオ体操	スタジオ体操	スタジオ体操	
プール	サーキットプログラム			水中ボールウォーキング			
カルチャー 13時～	アオキ買い物 リハビリ 要支援者限定 運動プログラム 工作 こいのぼり ガーランド	フレイル予防教室 ジェンガ パターゴルフ	アオキ買い物 リハビリ 要支援者限定 運動プログラム 寺子屋	アオキ買い物 リハビリ 工作 こいのぼり ガーランド 輪投げ	骨盤体操 料理教室 がんも 寺子屋	アオキ買い物 リハビリ 料理教室 がんも ジェンガ	
	9日	10日	11日	12日	13日	14日	15日
スタジオ体操 14時	スタジオ体操	スタジオ体操	スタジオ体操	スタジオ体操	スタジオ体操	スタジオ体操	
プール	脳トレ水中ウォーキング			サーキットプログラム			
カルチャー 13時～	料理教室 アスパラつくね 寺子屋 ジェンガ	アオキ買い物 リハビリ 要支援者限定 運動プログラム 工作 こいのぼり ガーランド	アオキ買い物 リハビリ ジェンガ 輪投げ	骨盤体操 トランプ 料理教室 アスパラつくね	アオキ買い物 リハビリ 工作 こいのぼり ガーランド パターゴルフ	アオキ買い物 リハビリ 寺子屋 トランプ	
	16日	17日	18日	19日	20日	21日	22日
スタジオ体操 14時	スタジオ体操	スタジオ体操	スタジオ体操	スタジオ体操	スタジオ体操	スタジオ体操	
プール	浮き棒ウォーキング			脳トレ水中ウォーキング			
カルチャー 13時～	アオキ買い物 リハビリ 要支援者限定 運動プログラム 工作 ライト	料理教室 豚カツミルフィーユ 寺子屋 トランプ	骨盤体操 フレイル予防教室 料理教室 豚カツミルフィーユ	アオキ買い物 リハビリ 寺子屋 ジェンガ	アオキ買い物 リハビリ 要支援者限定 運動プログラム かるた パターゴルフ	アオキ買い物 リハビリ 工作 ライト	
	23日 お誕生日お祝い週間	24日 お誕生日お祝い週間	25日 お誕生日お祝い週間	26日 お誕生日お祝い週間	27日 お誕生日お祝い週間	28日 お誕生日お祝い週間	29日
スタジオ体操 14時	スタジオ体操	スタジオ体操	スタジオ体操	スタジオ体操	スタジオ体操	スタジオ体操	
プール	水中ボールウォーキング			浮き棒ウォーキング			
カルチャー 13時～	寺子屋 パターゴルフ トランプ	骨盤体操 アオキ買い物 リハビリ 工作 ライト	アオキ買い物 リハビリ 寺子屋 パターゴルフ	アオキ買い物 リハビリ 要支援者限定 運動プログラム 工作 ライト	料理教室 きのこあんかけ ジェンガ 寺子屋	アオキ買い物 リハビリ 要支援者限定 運動プログラム かるた	
	30日	31日					
スタジオ体操 14時	スタジオ体操	スタジオ体操	□5月から毎日お買い物が出れます。 月曜日:とくし丸移動販売 火曜日:とくし丸移動販売 水曜日:クスリのアオキ 木曜日:クスリのアオキ 金曜日:カスミ移動販売 土曜日:クスリのアオキ 買い物リハビリ希望の場合には 事前に同意書の提出 が必要です。 スタッフに申し出下さい。				
プール	サーキットプログラム						
カルチャー 13時～	骨盤体操 料理教室 きのこあんかけ 輪投げ	アオキ買い物 リハビリ ペットボトル ポーリング かるた					

140インチシアター お買い物リハビリ 脳トレ健康体操 朝体操 大ホールカラオケ	☆ 観ることによる忍耐力・集中力の向上と回想によりQOLの向上。興味を引き出し意欲の向上を図ります。 ☆ 移動販売車でお買い物。ご自身で商品を選択し、会計をする動作が社会活動能力の維持・向上に繋がります。 ☆ 座りながら、二重課題を取り入れた身体運動によって心身の機能向上を図ります。 ☆ 全身の血流を改善。朝に行うことで一日の活動の為に心身のコンディショニングを行います。 ☆ 音楽に合わせて声を出すことで脳の活性化。心身に安定をもたらすリハビリです。
サンプルナ デイサービスプログラム イベントのお知らせ	☆ 5月11日,26日:岡田ドクターが来館されます。土浦協同病院のリハビリ科のお医者さんと、身体状況の相談が出来ます ☆ 移動販売車が毎週月・火・金にきます。月・火はセイミヤのとくし丸、金はカスミの移動販売車です。 ※ スケジュールは変更になる場合があります。必ず掲示板等にてご確認ください。 ※ クラスには定員がありますので、定員を超えた場合は選択できません。