



デイケア 2月プログラム



曜日	月	火	水	木	金	
	<p>Happy Valentine's day</p>		1	2	3	
朝			ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	
午前			東員しまむら 買い物	(他のプログラムも行います)	美容	(他のプログラムも行います)
午後			運動・創作・趣味	運動・創作・趣味	運動・創作・趣味	調理
夕			趣味・バランスボール	趣味・バランスボール	趣味・バランスボール	買い物支援
	6	7	8	9	10	
朝	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	
午前	運動・創作・趣味	運動・創作・趣味	運動・創作・趣味	(他のプログラムも行います)	美容	
午後	(他のプログラムも行います)	(他のプログラムも行います)	運動・創作・趣味	運動・創作・趣味	書道	
夕	書道	書道	書道	書道	書道	
朝	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	
午前	運動・創作・趣味	運動・創作・趣味	運動・創作・趣味	運動・創作・趣味	(他のプログラムも行います)	
午後	(他のプログラムも行います)	(他のプログラムも行います)	運動・創作・趣味	運動・創作・趣味	美容	
夕	書道	書道	書道	書道	書道	
朝	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	
午前	運動・創作・趣味	運動・創作・趣味	運動・創作・趣味	運動・創作・趣味	(他のプログラムも行います)	
午後	(他のプログラムも行います)	(他のプログラムも行います)	運動・創作・趣味	運動・創作・趣味	美容	
夕	書道	書道	書道	書道	書道	
朝	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	
午前	運動・創作・趣味	運動・創作・趣味	運動・創作・趣味	運動・創作・趣味	(他のプログラムも行います)	
午後	(他のプログラムも行います)	(他のプログラムも行います)	運動・創作・趣味	運動・創作・趣味	美容	
夕	書道	書道	書道	書道	書道	
朝	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	
午前	運動・創作・趣味	運動・創作・趣味	運動・創作・趣味	運動・創作・趣味	(他のプログラムも行います)	
午後	(他のプログラムも行います)	(他のプログラムも行います)	運動・創作・趣味	運動・創作・趣味	美容	
夕	書道	書道	書道	書道	書道	
朝	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	
午前	運動・創作・趣味	運動・創作・趣味	運動・創作・趣味	運動・創作・趣味	(他のプログラムも行います)	
午後	(他のプログラムも行います)	(他のプログラムも行います)	運動・創作・趣味	運動・創作・趣味	美容	
夕	書道	書道	書道	書道	書道	
朝	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	
午前	運動・創作・趣味	運動・創作・趣味	運動・創作・趣味	運動・創作・趣味	(他のプログラムも行います)	
午後	(他のプログラムも行います)	(他のプログラムも行います)	運動・創作・趣味	運動・創作・趣味	美容	
夕	書道	書道	書道	書道	書道	
朝	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	
午前	運動・創作・趣味	運動・創作・趣味	運動・創作・趣味	運動・創作・趣味	(他のプログラムも行います)	
午後	(他のプログラムも行います)	(他のプログラムも行います)	運動・創作・趣味	運動・創作・趣味	美容	
夕	書道	書道	書道	書道	書道	
朝	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	
午前	運動・創作・趣味	運動・創作・趣味	運動・創作・趣味	運動・創作・趣味	(他のプログラムも行います)	
午後	(他のプログラムも行います)	(他のプログラムも行います)	運動・創作・趣味	運動・創作・趣味	美容	
夕	書道	書道	書道	書道	書道	
朝	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	
午前	運動・創作・趣味	運動・創作・趣味	運動・創作・趣味	運動・創作・趣味	(他のプログラムも行います)	
午後	(他のプログラムも行います)	(他のプログラムも行います)	運動・創作・趣味	運動・創作・趣味	美容	
夕	書道	書道	書道	書道	書道	

2月の豆知識 ? 「うるう年はなぜ2月？」 ?

4年に一度だけ来る「うるう年」は2月29日ですが、古代では3月を1年の始めの月、2月を終わりの月として数えていました。そのため、最後の月である2月に、4年に一度来る時間のズレを調整する「うるう年」が設定されるようになったのです。(※諸説あります)

運動:卓球、風船バレー、パタンク、元気体操、筋トレ
 創作:壁飾り作り、ミシン、編み物、ビーズ
 趣味:カラオケ、映画、麻雀、UNO、塗り絵 その他趣味

少しづつ日脚が伸びてくる頃となりました。皆様、お健やかに過ごしましょうか？