


























医療法人上島医院デイ・ナイトケアセンター 月間プログラム 2020 1月

		月	火	水	金	土
第1週	午前	12/29~1/5 休み				
	午後					
	ナイト					
第2週		1月6日	1月7日	1月8日	1月10日	1月11日
	午前	☆絵画教室 (10時半~講師) ☆新規案内 プログラム(10時~) 	☆てくてくWalk ☆カラオケ (全10時~11時半) 	☆書道(講師) (朝礼後~11時半) ☆麻雀倶楽部 (10時~) 	☆はじめまして つばさ塾(10時~) ☆アイロンビーズ 	☆カラオケ ☆くるみボタンで ストラップ (全10時~11時半)
	午後	☆麻雀倶楽部 ☆初詣(13時半~) (雨天 カラオケ) 	☆麻雀倶楽部 ☆ドライブ (13時半~)  ☆ゆるヨガ (13時半~14時半)	☆麻雀倶楽部 ☆フラダンス教室 (講師)  (13時半~14時半)	☆麻雀倶楽部 ☆自己探求 (14時~15時)  ☆ビーズでペン作り (14時~15時)	☆麻雀倶楽部 ☆タオル体操 (13時半~14時半) 
ナイト	☆自主活動  		☆自主活動 ☆夜の麻雀教室 (16時~) 	☆自主活動  		
第3週			1月14日	1月15日	1月17日	1月18日
	午前	成人の日	☆てくてくWalk ☆季節の折り紙 (全10時~11時半)	☆書道(講師) (朝礼後~11時半) ☆麻雀倶楽部 	☆朝の麻雀教室 (10時~) ☆アイロンビーズ 	☆パティシエール (10時~)  ☆カラオケ (10時~11時半)
	午後		☆麻雀倶楽部 ☆ハッピークッキング (13時15分~)  ☆アイロンビーズ	☆麻雀倶楽部 ☆昼のつばさ塾 (14時~15時)  ☆アイロンビーズ	☆麻雀倶楽部 ☆茶話会 (14時~15時) 	☆パティシエール (13時15分~) ☆アイロンビーズ 
ナイト			☆自主活動  	☆自主活動  		

		月	火	水	金	土
		1月20日	1月21日	1月22日	1月24日	1月25日
第4週	午前	☆絵画教室 (10時半～講師) ☆新規案内 プログラム(10時～) 	☆てくてくWalk(10時～) ☆カラオケ (10時～11時半) ☆健康測定 (朝礼後～11時)	☆書道(講師) (朝礼後～11時半) ☆麻雀倶楽部 	☆はじめまして つばさ塾(10時～) ☆朝の麻雀教室 ☆アイロンビーズ 	☆明日へエアロ (10時～11時)講師 ☆カラオケ (10時～11時半) 
	午後	☆麻雀倶楽部 ☆フリークッキング1 (14時～) ☆アイロンビーズ 	☆麻雀倶楽部 ☆フリークッキング2 (13時15分～) ☆シニアでGo (13時半～) 	☆麻雀倶楽部 ☆WRAP (13時15分～15時) ☆アイロンビーズ 	☆麻雀倶楽部 ☆レジン (14時～15時) 	☆麻雀倶楽部 ☆あみあみ同好会 
	ナイト	☆自主活動  	/	☆自主活動  	☆自主活動  	/
		1月27日	1月28日	1月29日	1月31日	
第5週	午前	☆絵画教室 (10時半～講師) 	☆てくてくWalk ☆朝の麻雀教室 (全10時～11時半) 	☆書道(講師) (朝礼後～11時半) ☆麻雀倶楽部 	☆つばさ塾(10時～) ☆アイロンビーズ 	
	午後	☆麻雀倶楽部 ☆歌カフェ(講師) (14時～15時) ☆アイロンビーズ 	☆麻雀倶楽部 ☆押し花教室(講師) (14時～15時) 	☆麻雀倶楽部 ☆WRAP(振り返り) (13時半～15時) ☆アイロンビーズ 	☆麻雀倶楽部 ☆プログラミング入門 (14時～15時) ☆ゆるフラ (13時半～14時)	
	ナイト	☆自主活動  	/	☆めん類同好会 (17時半～) ☆自主活動 	☆自主活動  	/

メモ・連絡

- * 月の初めに必ず保険証の確認をさせていただきます。
- * プログラムは、都合により変更になる場合があります。
- 又、担当スタッフが急用で休む場合は、中止とさせていただきます。
- * **緑字のプログラムは、事前申し込みが必要です。**
- * (講師)は外部講師によるプログラムです。
- * 開始・終了時間を記入していますが、諸事情により多少前後することがあります。