

















































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 2022 10月

		月	火	水	金	土	
第1週						10月1日	
	午前					☆カラオケ (10時～ 11時20分) ☆スクラッチアート (10時～) 	
	午後					☆シニア体操+α (13時半～14時半) ☆アイロンビーズ (13時半～) 	
	ナイト	/				/	
第2週		10月3日	10月4日	10月5日	10月7日	10月8日	
	午前	☆書道(講師) (朝礼後～11時半) ☆園芸ミーティング (10時～) 	☆てくてくウォーク (10時～) ☆カラオケ(第1) (10時～11時20分)  ☆スクラッチアート	☆絵画同好会 (朝礼後～ 11時20分) 	☆絵手紙風 (10時～11時20分) ☆体育館(8名) (10時～12時) 	☆アイロンビーズ (10時～11時20分) ☆自主活動 	
	午後	☆脳トレ(第1ホール) (13時半～14時半) 	☆みんなでダイエット (14時～15時) ☆アイロンビーズ (13時半～)  消防点検	☆麻雀教室 (13時半～) ☆自主活動 (13時半～) 	☆レジン(第1) (13時半～15時) 	☆ゆる太極拳+α (13時半～14時半) 	
	ナイト	☆自主活動 ☆夜のつばさ塾 (16時半～17時半) 	/		☆自主活動 (麻雀・カラオケ アイロンビーズ等) 	☆自主活動 ☆バンドミーティング (16時半～17時半) 	/
第3週		10月10日	10月11日	10月12日	10月14日	10月15日	
	午前	祝日	☆てくてくウォーク (10時～) ☆アイロンビーズ (10時～11時20分) 	☆絵画同好会 (朝礼後～ 11時20分) 	☆絵手紙風 (10時～11時20分) 	☆パティシエール (10時～4名)  ☆明日へエアロ(講) (10時～11時)(第2) ☆カラオケ (10時～11時20分)	
	午後		☆押し花教室(講師) (14時～15時) 	☆フラダンス教室 (第2)(講師) (13時半～14時半) ☆自主活動 (13時半～) 	☆卓球(第2) (13時半～15時) ☆自主活動 (13時半～) 	☆パティシエール (13時15分～) (続き)  ☆ちぎり絵 (13時半～15時)	
	ナイト		/		☆自主活動 (麻雀・カラオケ アイロンビーズ等) 	☆自主活動 (麻雀・カラオケ アイロンビーズ等) 	/

		月	火	水	金	土
第4週		10月17日	10月18日	10月19日	10月21日	10月22日
	午前	☆書道(講師) (朝礼後～11時半) 	☆ウォークでテイク (10時～) ☆健康測定 (朝礼後～11時) ☆スクラッチアート (10時～) 	☆絵画同好会 (朝礼後～11時20分) 	☆絵手紙風 (10時～11時20分) 	☆アイロンビーズ (10時～11時20分) ☆自主活動 
	午後	☆自己探求 (14時～15時) ☆自主活動 (13時半～) 	☆ゆるヨガ (13時半～14時半) 	☆WRAP(第2) (13時半～15時) ☆自主活動 (13時半～) 	☆みんなでダイエット (14時～15時) ☆アイロンビーズ (13時半～) 	☆自主活動(13時半～14時10分) ☆避難訓練 (14時15分～14時45分) 
ナイト	☆自主活動 (麻雀・カラオケ アイロンビーズ等) 		☆自主活動 (麻雀・カラオケ アイロンビーズ等) 	☆自主活動 ☆バンドミーティング (16時半～17時半) 		
第5週		10月24日	10月25日	10月26日	10月28日	10月29日
	午前	☆書道(講師) (朝礼後～11時半) 	☆パティシエール (10時～4名)  ☆季節の折り紙 (10時～11時20分)	☆絵画同好会 (朝礼後～11時20分) 	☆絵手紙風 (10時～11時20分) 	☆ソニで隊で サバーファーム遠足 (9時半～15時) ☆カラオケ (10時～11時20分)
	午後	☆音楽広場(講師) (14時～15時) (第2ホール) ☆自主活動 (13時半～) 	☆パティシエール (13時15分～) (続き) ☆デコパージュ風 (13時半～15時) 	☆麻雀教室 (13時半～) ☆自主活動 (13時半～) 	☆卓球(第2) (13時半～15時) ☆自主活動 (13時半～) 	☆ソニで隊で サバーファーム遠足 (9時半～15時) ☆アイロンビーズ (13時半～15時)
ナイト	☆自主活動 ☆夜のつばさ塾 (16時半～17時半) 		☆自主活動 (麻雀・カラオケ アイロンビーズ等) 	☆自主活動 (麻雀・カラオケ アイロンビーズ等) 		

メモ・連絡

* 月の初めに必ず保険証の確認をさせてください。

* 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。