





































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 2023 10月

		月	火	水	金	土
		10月2日	10月3日	10月4日	10月6日	10月7日
第1週	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~) ☆季節の折り紙 (10時~) 	☆絵画同好会 (朝礼後~ 11時20分) 	☆アイロンビーズ (10時~11時20分) 	☆カラオケ(第1) (10時~11時20分) ☆硬筆書道(自習) (第2)(10時~) 
	午後	☆旅行の話し合い (第2) (13時半~15時) ☆アイロンビーズ (13時半~) 	☆ゆるヨガ (13時半~14時半) ☆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~) 	☆タオル体操+α (13時半~14時半) ☆自主活動 (13時半~) 	☆アイロンビーズ (13時半~) ☆自主活動 (13時半~) 
	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 (麻雀・カラオケ アイロンビーズ等) 	/
			10月10日	10月11日	10月13日	10月14日
第2週	午前		☆てくてくウォーク (10時~) ☆カラオケ (10時~11時20分) ☆スクラッチアート (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) ☆硬筆書道(自習) (第1)(10時~) 
	午後	祝日	☆押し花教室(講師) (14時~15時) ☆自主活動 (13時半~) 	☆フラダンス教室 (第2)(講師) (13時半~14時半) ☆自主活動 (13時半~) 	☆麻雀教室 (13時半~) ☆アイロンビーズ (13時半~) 	☆パティシエール (13時15分~) (続き) ☆ビーズでペン (13時半~14時半) 
	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) 	/
		10月16日	10月17日	10月18日	10月20日	10月21日
第3週	午前	☆書道(講師) (朝礼後~11時半) ☆旅行の話し合い (第2) (10時~11時半) 	☆てくてくウォーク (10時~) ☆カラオケ (10時~11時20分) ☆スクラッチアート (10時~11時20分) 	☆絵画同好会 (朝礼後~ 11時20分) 	☆アイロンビーズ (10時~11時20分) 	☆カラオケ(第1) (10時~11時20分) ☆硬筆書道(自習) (第2)(10時~) 
	午後	☆ミニミニサンドアート (13時半~14時半) ☆自主活動 (13時半~) 	☆デコパージュ風 (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~) 	☆卓球(第2) (13時半~15時) ☆自主活動 (13時半~) 	☆フェイクフラワーで クラフト (13時半~14時半) ☆自主活動 (13時半~) 
	ナイト	☆麺同好会(9名) (17時~) ☆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 (麻雀・カラオケ アイロンビーズ等) 	/

		月	火	水	金	土
第4週		10月23日	10月24日	10月25日	10月27日	10月28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～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) 	☆明日へエアロ(講) (第2、10時～11時) ☆硬筆書道(自習) (第1)(10時～) 
	午後	☆音楽広場(講師) (14時～15時) (第2ホール) ☆自主活動 (13時半～) 	☆ピラティス(第2) (講師) (13時半～14時半) ☆自主活動 (13時半～) 	☆麻雀教室 (13時半～) ☆自主活動 (13時半～) 	☆レジン(第1) (13時半～15時) ☆自主活動 (13時半～) 	☆自主活動 (13時半～14時) ☆避難訓練 (14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) 	☆自主活動 (麻雀・カラオケ アイロンビーズ等) 	/	
第5週		10月30日	10月31日			
	午前	☆書道(講師) (朝礼後～11時半) 	☆パティシエール (10時～)(4名) ☆カラオケ  (10時～11時20分)			
	午後	☆ペタンク(第1) (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)  ☆ゆるヨガ (13時半～14時半)			
ナイト	☆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。