

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 12月

		月	火	水	金	土
第1週					12月1日	12月2日
	午前				☆絵手紙風 (10時～11時20分) 	☆カラオケ (10時～11時20分) ☆硬筆書道(自習) (第2)(10時～) 
	午後				☆アイロンビーズ (13時半～) とツリー飾り付け ☆自主活動 (13時半～) 	☆ゆる太極拳 (13時半～14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) 	
第2週		12月4日	12月5日	12月6日	12月8日	12月9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～)  ☆季節の折り紙 (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) ☆自主活動 (10時～) 	☆カラオケ (10時～11時20分) ☆硬筆書道(自習) (第2 10時～) 
	午後	☆ペタンク(第1) (13時半～15時) ☆自主活動 (13時半～) 	☆ビーズでペン (13時半～15時) ☆自主活動 (13時半～) 	☆卓球(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)  ☆自主活動 (13時半～)	☆パティシエール (13時～)  ☆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) 	☆でじげぶ(第2) (16時～17時半) ☆自主活動 (麻雀・カラオケ・ アイロンビーズ等)	
第3週		12月11日	12月12日	12月13日	12月15日	12月16日
	午前	☆書道(講師) (朝礼後～11時半) 	☆ウォークでテイク (10時～)  ☆カラオケ (10時～11時20分) ☆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) 	☆明日へエアロ(講) (10時～11時) (第2) ☆硬筆書道(第1 (10時～)(自習) 
	午後	☆音楽広場(講師) (14時～15時) (第2ホール) ☆自主活動 (13時半～) 	☆押し花教室(第1) (14時～15時)(講) ☆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～)  ☆自主活動 (13時半～)	☆Xmasリースづくり (13時半～15時) ☆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) 	

		月	火	水	金	土
第4週		12月18日	12月19日	12月20日	12月22日	12月23日
	午前	☆書道(講師) (朝礼後～11時半) 	☆てくてくウォーク (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) 	☆クリスマス会 (10時～) 
	午後	☆デコパージュ風 (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)  ☆シニア体操 (13時半～14時半)	☆WRAP(第2) (13時半～15時) ☆自主活動 (13時半～) 	☆レジン (13時半～15時) ☆自主活動 (13時半～) 	☆クリスマス会 (お楽しみに) 
ナイト	☆麵同好会(9名) (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) 	☆自主活動 (麻雀・カラオケ・ アイロンビーズ等) 		
第5週		12月25日	12月26日	12月27日	12月29日	
	午前	☆書道(講師) (朝礼後～11時半) 	☆てくてくウォーク (10時～)  ☆カラオケ(第1) (10時～11時20分) 	☆絵画同好会 (朝礼後～ 11時20分) 	☆フィルター清掃 (朝礼後～)と お疲れ様パーティ 	年末年始 12/30～1/4休み 1/5～平常通り
	午後	☆麻雀教室 (13時半～)  ☆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～) 	☆みんなでダイエット (14時～15時)  ☆自主活動 (13時半～)	デイケアは12時まで 昼食なし	
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) 			

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。