



2024 10月プログラム 予定表

～デイケアなごみ・ほほえみ～

時間		月	火	水	木	金	土		
			1	2	3	4	5		
9:15～10:00	※プログラムが変更する場合は、なるべく早くご連絡します。 ★ロッカー使用の際は必ず自分のネームプレートを貼って、鍵を掛けるようお願いいたします。 ★朝、デイケアの活動室に来所した際、参加名簿にお名前のご記入をお願いします。 ★粉失防止のためにも、必要なもの以外はデイケアに持ち込まないようにご協力をお願いします。 ★木曜日の午前中の30分間は学習活動に変更になります。		カラオケ	スポーツ	スポーツ 美術教室	園芸	土曜デイケア (フリー)		
10:00～11:30			卓上ゲーム・健康体操 English Time	卓上ゲーム・健康体操 ウォーキング	卓上ゲーム 健康体操	カラオケ			
13:00～14:00			手芸 麻雀	手芸 ヨガ	手芸 麻雀	静坐瞑想			
14:10～14:45			卓上ゲーム	卓上ゲーム	ポッチャ	卓上ゲーム			
		6	7	8	9	10	11	12	
9:15～10:00	お休み	SST	カラオケ	スポーツ	調理実習	スポーツ 美術教室	調理実習	園芸	土曜デイケア (フリー)
10:00～11:30		卓上ゲーム・健康体操 ウォーキング	卓上ゲーム・健康体操 English Time	卓上ゲーム・健康体操 ウォーキング	卓上ゲーム・健康体操 English Class	カラオケ			
13:00～14:00		手芸 麻雀	手芸 麻雀	静坐瞑想	手芸 麻雀	手芸 ヨガ			
14:10～14:45		音楽療法	卓上ゲーム	卓上ゲーム	ZUMBA	座談会			
		13	14	15	16	17	18	19	
9:15～10:00	お休み		カラオケ	スポーツ	スポーツ 美術教室	園芸	土曜デイケア (フリー)		
10:00～11:30			卓上ゲーム・健康体操 English Time	卓上ゲーム・健康体操 ウォーキング	卓上ゲーム・健康体操	カラオケ			
13:00～14:00			手芸 麻雀	手芸 ヨガ	手芸 麻雀	Body Scan			
14:10～14:45			卓上ゲーム	卓上ゲーム	卓球バレー	卓上ゲーム			
		20	21	22	23	24	25	26	
9:15～10:00	秋分の日	SST	カラオケ	スポーツ	スポーツ 美術教室	園芸	土曜デイケア (フリー)		
10:00～11:30		卓上ゲーム・健康体操 ウォーキング	卓上ゲーム・健康体操 English Time	卓上ゲーム・健康体操 ウォーキング	卓上ゲーム・健康体操	カラオケ			
13:00～14:00		手芸 麻雀	手芸 麻雀	Body Scan	手芸 麻雀	手芸 ヨガ			
14:10～14:45		音楽療法	卓上ゲーム	卓上ゲーム	ZUMBA	卓上ゲーム			
		27	28	29	30	31			
9:15～10:00	お休み	SST	カラオケ	スポーツ	スポーツ 美術教室				
10:00～11:30		卓上ゲーム・健康体操 ウォーキング	卓上ゲーム・健康体操 English Time	卓上ゲーム・健康体操 ウォーキング	卓上ゲーム 健康体操				
13:00～14:00		手芸 麻雀	手芸 麻雀	手芸 ヨガ	手芸 麻雀				
14:10～14:45		ふまねっと	卓上ゲーム	卓上ゲーム	ポッチャ				