

2020年7月プログラム 予定表

～ディケアなごみ・ほほえみ～

時間	日	月	火	水	木	金	土
9:30～10:30				1	2	3	土曜ディケア (フリー)
10:45～11:30				手芸・麻雀 卓上ゲーム	手芸・麻雀 卓上ゲーム	カラオケ ウォーキング 健康体操	
13:00～14:00				フリー・ウォーキング 健康体操	フリー・ウォーキング 健康体操	学習活動	
14:10～14:45						手芸 麻雀	
				手芸・麻雀 卓上ゲーム	手芸・麻雀 卓上ゲーム	卓上ゲーム	
5	6	7	8	9	10	11	
9:30～10:30	お休み	創作自主活動	創作自主活動	創作自主活動	手芸・麻雀 卓上ゲーム	カラオケ	土曜ディケア (フリー)
10:45～11:30		フリー・ウォーキング 健康体操	フリー・ウォーキング 健康体操	フリー・ウォーキング 健康体操	フリー・ウォーキング 健康体操	調理実習	
13:00～14:00		手芸 麻雀	手芸 麻雀	手芸 麻雀	学習活動	手芸 麻雀	
14:10～14:45		卓上ゲーム	卓上ゲーム	卓上ゲーム	手芸・麻雀 卓上ゲーム	卓上ゲーム	
12	13	14	15	16	17	18	
9:30～10:30	お休み	創作自主活動	創作自主活動	創作自主活動	手芸・麻雀 卓上ゲーム	メンバー ミーティング	土曜ディケア (フリー)
10:45～11:30		フリー・ウォーキング 健康体操	フリー・ウォーキング 健康体操	フリー・ウォーキング 健康体操	フリー・ウォーキング 健康体操	カラオケ・ウォーキング 健康体操	
13:00～14:00		手芸 麻雀	手芸 麻雀	手芸 麻雀	学習活動	手芸 麻雀	
14:10～14:45		卓上ゲーム	卓上ゲーム	卓上ゲーム	手芸・麻雀 卓上ゲーム	卓上ゲーム	
19	20	21	22	23	24	25	
9:30～10:30	お休み	創作自主活動	創作自主活動	創作自主活動	手芸・麻雀 卓上ゲーム	カラオケ ウォーキング 健康体操	土曜ディケア (フリー)
10:45～11:30		フリー・ウォーキング 健康体操	フリー・ウォーキング 健康体操	フリー・ウォーキング 健康体操	フリー・ウォーキング 健康体操		
13:00～14:00		手芸 麻雀	手芸 麻雀	手芸 麻雀	学習活動	座談会	
14:10～14:45		卓上ゲーム	卓上ゲーム	卓上ゲーム	手芸・麻雀 卓上ゲーム	手芸・麻雀 卓上ゲーム	
26	27	29	30	31			
9:30～10:30	お休み	創作自主活動	創作自主活動	創作自主活動	手芸・麻雀 卓上ゲーム		
10:45～11:30		フリー・ウォーキング 健康体操	フリー・ウォーキング 健康体操	フリー・ウォーキング 健康体操	フリー・ウォーキング 健康体操		
13:00～14:00		手芸 麻雀	手芸 麻雀	手芸 麻雀	学習活動		
		卓上ゲーム	卓上ゲーム	卓上ゲーム	手芸・麻雀 卓上ゲーム		

※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します。

★朝、ディ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。

★紛失防止のためにも、必要なもの以外はディケアに持ち込まないようにご協力お願いします。