

2019年10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	※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。						
10:45～ 11:30	★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ください。ロッカーには鍵をお願いします。						
13:00～ 14:00	★朝、ディケアの活動室に来所した際、まずは参加名簿にお名前のご記入をお願いします。						
14:10～ 14:45	★紛失防止のためにも必要なもの以外、貴重品はディケアに持ち込まないようにご協力をお願いします。						
			1	2	3	4	5
9:30～ 10:30		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			
13:00～ 14:00		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	手芸、麻雀、卓上ゲーム	卓上ゲーム		
	6	7	8	9	10	11	12
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	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	
	13	14	15	16	17	18	19
9:30～ 10:30	山の日 お休み	体育の日 お休み 	創作自主活動	創作自主活動	メンバーミーティング	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		
13:00～ 14:00			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	手芸、麻雀、卓上ゲーム	手芸、麻雀、卓上ゲーム	
	20	21	22	23	24	25	26
9:30～ 10:30	お休み	創作自主活動	即位礼正殿の儀 お休み	創作自主活動	手芸、麻雀、卓上ゲーム	手芸、麻雀、卓上ゲーム	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	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	学習活動	手芸 麻雀	
14:10～ 14:45		卓上ゲーム		卓上ゲーム	手芸、麻雀、卓上ゲーム	卓上ゲーム	
	27	28	29	30	31		
9:30～ 10:30	お休み	創作自主活動	調理実習	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		
13:00～ 14:00		手芸 麻雀	手芸 麻雀	手芸 麻雀	学習活動		
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		