

プログラム 予定表

～ディケアいちばんぼし～ 2025年9月

時間	日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5	6
9:30 ～ 11:15		創作活動	卓球バレー 	創作活動	創作活動	麻雀 創作活動	土曜 ディケア
13:00 ～ 15:00		裁縫・麻雀切り絵 YouTube・読書 邦徳先生	裁縫・麻雀切り絵 YouTube・読書 ふまねっと	裁縫・麻雀切り絵 YouTube・読書	裁縫・麻雀切り絵 YouTube・読書 カラオケ	裁縫・麻雀切り絵 YouTube・読書 邦徳先生	
15:30～ 16:30		カラオケ	振り返り		振り返り	カラオケ	
	7	8	9	10	11	12	13
9:30 ～ 11:15	お休 み	創作活動	創作活動	創作活動	創作活動	麻雀 創作活動	土曜 ディケア
13:00 ～ 15:00		裁縫・麻雀切り絵 YouTube・読書 筋弛緩法	裁縫・麻雀切り絵 YouTube・読書 邦徳先生	裁縫・麻雀切り絵 YouTube・読書	裁縫・麻雀切り絵 YouTube・読書 カラオケ	裁縫・麻雀切り絵 YouTube・読書	
15:30～ 16:30		カラオケ	振り返り		振り返り	カラオケ	
	14	15	16	17	18	19	20
9:30 ～ 11:15	お休 み	敬老の日 	映画鑑賞 	創作活動	調理実習 	麻雀 創作活動	土曜 ディケア
13:00 ～ 15:00		お休み	裁縫・麻雀切り絵 YouTube・読書 ふまねっと	裁縫・麻雀切り絵 YouTube・読書	裁縫・麻雀切り絵 YouTube・読書 カラオケ	裁縫・麻雀切り絵 YouTube・読書 邦徳先生	
15:30～ 16:30			振り返り		振り返り	カラオケ	
	21	22	23	24	25	26	27
9:30 ～ 11:15	お休 み	創作活動	秋分の日 	創作活動	ボッチャ？ 卓球バレー？ 	血圧体重測定 	土曜 ディケア
13:00 ～ 15:00		裁縫・麻雀切り絵 YouTube・読書 邦徳先生	お休み	裁縫・麻雀切り絵 YouTube・読書	裁縫・麻雀切り絵 YouTube・読書 カラオケ	裁縫・麻雀切り絵 YouTube・読書 邦徳先生	
15:30～ 16:30		カラオケ			振り返り	カラオケ	
	28	29	30				
9:30 ～ 11:15	お休 み	創作活動	創作活動				
13:00 ～ 15:00		裁縫・麻雀切り絵 YouTube・読書 筋弛緩法	裁縫・麻雀切り絵 YouTube・読書 ふまねっと				
15:30～ 16:30		カラオケ	振り返り				