

令和2年 デイナイトケア 8月 プログラム表

日	月	火	水	木	金	土
2	3	4	5	6	7	8
休日	朝食 創作活動 ラクラク体操	朝食 ひとり暮らしの会 みんなで脳トレ	朝食 買物ツアー（イオン） エンカウンター	朝食 創作活動 ピアトーク	朝食 園芸 体操の時間	休日
	昼食 働く準備の会 レッツ！健康 フククッキング	昼食 買物ツアー（イオン） ゆるトレ ダイエット体操	昼食 みんなで作ろう デイケア・ザ・ライブ めざせ白山登頂！	昼食 WRAPをはじめてみよう 健康足浴 ダイエット体操	昼食 スポーツ スイーツ（バナナアイス） いやされよっさ	
	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食	
	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食	
9	10	11	12	13	14	15
休日	山の日	朝食 健脚クラブ お付き合いサークル	朝食 料理教室（話し合い） ラクラク体操	朝食 創作活動 ハンドベル	朝食 園芸 シネマ	休日
		昼食 買物ツアー（ケンキー栗津店） 手作り教室 ダイエット体操	昼食 レクリエーション（かき氷） めざせ白山登頂！	昼食 デイケアサロン「よりみち」 健康足浴 ダイエット体操	昼食 スポーツ スイーツ（バナナチョコパイ） いやされよっさ	
		夕食	夕食	夕食	夕食	
		夕食	夕食	夕食	夕食	
16	17	18	19	20	21	22
休日	朝食 創作活動 ラクラク体操	朝食 ひとり暮らしの会 喫茶「ほっと」	朝食 買物ツアー（ヤマキシ） エンカウンター	朝食 創作活動 ピアトーク	朝食 園芸 体操の時間	休日
	昼食 働く準備の会 健康足浴 フククッキング	昼食 買物ツアー（ヤマキシ） みんなで脳トレ ダイエット体操	昼食 暮らしの知恵袋 料理教室（調理） めざせ白山登頂！	昼食 WRAPをはじめてみよう 料理教室（調理） ダイエット体操	昼食 スポーツ スイーツ（ココアババロア） いやされよっさ	
	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食	
	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食	
23	24	25	26	27	28	29
休日	朝食 創作活動 ラクラク体操	朝食 健脚クラブ 園芸	朝食 買物ツアー（アビオ） レッツ！健康料理	朝食 創作活動 ハンドベル	朝食 私たちの病気について	休日
	昼食 レッツ！健康 健康足浴 フククッキング	昼食 買物ツアー（アビオ） 音楽鑑賞会 ダイエット体操	昼食 スポーツ大会（ボーリング） 手作り教室 めざせ白山登頂！	昼食 レッツ！健康料理 お付き合いサークル ダイエット体操	昼食 スポーツ スイーツ（レアチーズケーキ） いやされよっさ	
	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食	
	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食	
30	31	8月とはいえ長雨の影響でジメジメした日が続いています。 今月から新しいプログラムとして「エンカウンター」と「ピアトーク」が始まります。 初回はオリエンテーションを行いますので、是非ご参加ください。				
休日	朝食 創作活動 ラクラク体操	今月のレッツ！健康とレッツ！健康料理のテーマは「免疫力向上」です。 24日 レッツ！健康：免疫力向上 26日、27日 レッツ！健康料理：枝豆とクタクタ野菜のパスタ				
	昼食 働く準備の会 健康足浴 フククッキング					
	夕食					
	夕食					



令和2年 テイケア 8月 プログラム表

日	月	火	水	木	金	土
2	3	4	5	6	7	8
休日	創作活動 ラクラク体操 昼食	ひとり暮らしの会 みんなで脳トレ 昼食	買物ツアー（イオン） エンカウンター 昼食	創作活動 ピアトーク 昼食	園芸 体操の時間 昼食	休日
	働く準備の会 レッツ！健康	買物ツアー（イオン） ゆるトレ	みんなで作ろう テイケア・ザ・ライブ	WRAPをはじめてみよう 健康足浴	スポーツ スイーツ（バニラアイス）	
9	10	11	12	13	14	15
休日	山の日	健脚クラブ お付き合いサークル 昼食	料理教室（話し合い） ラクラク体操 昼食	創作活動 ハンドベル 昼食	園芸 シネマ 昼食	休日
		買物ツアー（ケンキー薬津店） 手作り教室	レクリエーション（かき氷）	テイケアサロン「よりみち」 健康足浴	スポーツ スイーツ（バナナチョコパイ）	
16	17	18	19	20	21	22
休日	創作活動 ラクラク体操 昼食	ひとり暮らしの会 喫茶「ほっと」 昼食	買物ツアー（ヤマキシ） エンカウンター 昼食	創作活動 ピアトーク 昼食	園芸 体操の時間 昼食	休日
	働く準備の会 健康足浴	買物ツアー（ヤマキシ） みんなで脳トレ	暮らしの知恵袋 料理教室（調理）	WRAPをはじめてみよう 料理教室（調理）	スポーツ スイーツ（ココアババロア）	
23	24	25	26	27	28	29
休日	創作活動 ラクラク体操 昼食	健脚クラブ 園芸 昼食	買物ツアー（アビオ） レッツ！健康料理 昼食	創作活動 ハンドベル 昼食	私たちの病気について 昼食	休日
	レッツ！健康 健康足浴	買物ツアー（アビオ） 音楽鑑賞会	スポーツ大会（ボーリング） 手作り教室	レッツ！健康料理 お付き合いサークル	スポーツ スイーツ（レアチーズケーキ）	
30	31	<p>8月とはいえ長雨の影響でジメジメした日が続いています。 今月から新しいプログラムとして「エンカウンター」と「ピアトーク」が始まります。 初回はオリエンテーションを行いますので、是非ご参加ください。</p> <p>今月のレッツ！健康とレッツ！健康料理のテーマは「免疫力向上」です。 24日 レッツ！健康：免疫力向上 26日、27日 レッツ！健康料理：枝豆とクタクタ野菜のパスタ</p>				
休日	創作活動 ラクラク体操 昼食					
	働く準備の会 健康足浴					