

# 令和2年 デイナイトケア 9月 プログラム表

日	月	火	水	木	金	土		
		1	2	3	4	5		
新型コロナウイルスの感染拡大防止の為、プログラムはその時の状況次第で変更となります。ご了承下さい。		朝食 ゆるトレ ひとり暮らしの会 昼食	朝食 手作り教室 園芸 昼食	朝食 創作活動 ピアトーク 昼食	朝食 体操の時間 暮らしの知恵袋 昼食	休日		
		特別プログラム みんなで脳トレ ダイエット体操 夕食	みんなで作ろう デイケア・サ・ライブ ラジオ体操 夕食	WRAPを始めてみよう 喫茶「ほっと」 ダイエット体操 夕食	スポーツ スイーツ(ピザ) いやされよっさ 夕食			
		6	7	8	9		10	11
		朝食 創作活動 ラクラク体操 昼食	朝食 お付き合いサークル 健脚クラブ 昼食	朝食 レッツ!健康料理 園芸 昼食	朝食 創作活動 ハンドベル 昼食		朝食 体操の時間 みんなで脳トレ 昼食	
休日	健康足浴 レッツ!健康 フククッキング 夕食	音楽鑑賞会 手作り教室 ダイエット体操 夕食	エンカウンター シネマ ラジオ体操 夕食	レッツ!健康料理 ちょっとやってみよっさ ダイエット体操 夕食	スポーツ スイーツ(カップケーキ) いやされよっさ 夕食	休日		
13	14	15	16	17	18	19		
朝食 創作活動 ラクラク体操 昼食	朝食 ゆるトレ ひとり暮らしの会 昼食	朝食 レクリエーション (ミラクルクイズ大会) 昼食	朝食 創作活動 ピアトーク 昼食	朝食 お付き合いサークル 体操の時間 昼食	休日			
働く準備の会 健康足浴 フククッキング 夕食	買物ツアー(ヤマキシ) 手作り教室 ダイエット体操 夕食	買物ツアー(ヤマキシ) 園芸 ラジオ体操 夕食	WRAPを始めてみよう シネマ ダイエット体操 夕食	スポーツ スイーツ(チョコプリン) いやされよっさ 夕食				
20	21	22	23	24		25	26	
休日	敬老の日	秋分の日	朝食 買物ツアー(カーマ・マルエー) 園芸 昼食	朝食 創作活動 ハンドベル 昼食		朝食 私たちの病気について 昼食		
			料理教室(話し合い) スポーツ大会(スマートゲート) ラジオ体操 夕食	健康足浴 デイケアサロン「よりみち」 ダイエット体操 夕食	スポーツ スイーツ(パンケーキ) いやされよっさ 夕食	休日		
27	28	29	30	今月のレッツ!健康とレッツ!健康料理のテーマは「夏バテ回復」です。 9月9日、10日:豆腐と野菜のチャンプルー 				
休日	朝食 創作活動 ラクラク体操 昼食	朝食 レッツ!健康 健脚クラブ 昼食	朝食 買物ツアー(アビオ) 園芸 昼食					
働く準備の会 健康足浴 フククッキング 夕食	買物ツアー(アビオ) 手作り教室 ダイエット体操 夕食	エンカウンター 料理教室(調理) ラジオ体操 夕食						

# 令和2年 テイケア 9月 プログラム表

日	月	火 1	水 2	木 3	金 4	土 5	
新型コロナウイルスの感染拡大防止の為、プログラムはその時の状況次第で変更となります。ご了承下さい。		ゆるトレ ひとり暮らしの会 昼食	手作り教室 園芸 昼食	創作活動 ピアトーク 昼食	体操の時間 暮らしの知恵袋 昼食	休日	
		特別プログラム みんなで脳トレ	みんなで作ろう テイケア・ザ・ライブ	WRAPを始めてみよう 喫茶「ほっと」	スポーツ スイーツ (ピザ)		
	6	7	8	9	10		11
休日		創作活動 ラクラク体操 昼食	お付き合いサークル 健脚クラブ 昼食	レッツ！健康料理 園芸 昼食	創作活動 ハンドベル 昼食	体操の時間 みんなで脳トレ 昼食	休日
		健康足浴 レッツ！健康	音楽鑑賞会 手作り教室	エンカウンター シネマ	レッツ！健康料理 ちょっとやってみよっさ	スポーツ スイーツ (カップケーキ)	
13	14	15	16	17	18	19	
休日		創作活動 ラクラク体操 昼食	ゆるトレ ひとり暮らしの会 昼食	レクリエーション (ミラクルクイズ大会) 昼食	創作活動 ピアトーク 昼食	お付き合いサークル 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) 手作り教室	買物ツアー (ヤマキシ) 園芸	WRAPを始めてみよう シネマ	スポーツ スイーツ (チョコプリン)	
20	21	22	23	24	25	26	
休日	敬老の日	秋分の日	買物ツアー (カーマ・マルエー) 園芸 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	
			料理教室 (話し合い) スポーツ大会 (スマートゲート)	健康足浴			スイーツ (パンケーキ)
27	28	29	30	今月のレッツ！健康とレッツ！健康料理のテーマは「夏バテ回復」です。 9月9日、10日：豆腐と野菜のチャンプルー			
休日		創作活動 ラクラク体操 昼食	買物ツアー (アビオ) 園芸 昼食				
		働く準備の会 健康足浴	買物ツアー (アビオ) 手作り教室	エンカウンター 料理教室 (調理)			