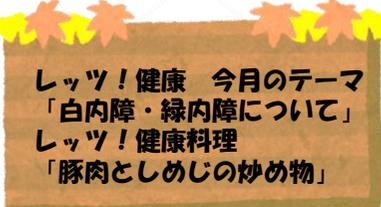


令和2年 デイナイトケア 10月 プログラム表

日	月	火	水	木	金	土	
<p>秋も深まり、朝晩冷え込んできました。 季節の変わり目で体調も崩しやすい為、くれぐれもご自愛ください。 ・新型コロナウィルス感染拡大防止の為、今月も感染状況によってプログラムが変更となる場合がありますので御了承下さい。 ・新しく「防災について」というプログラムが加わります。 近年増えている異常気象に伴う自然災害についての防災意識を高めましょう。</p>			 <p>レッツ！健康 今月のテーマ 「白内障・緑内障について」 レッツ！健康料理 「豚肉としめじの炒め物」</p>		1	2	3
					<p>朝食 創作活動 ピアトーク</p> <p>昼食 料理教室（調理） WRAPを始めてみよう ダイエット体操</p> <p>夕食</p>	<p>朝食 体操の時間 喫茶「ほっと」</p> <p>昼食 スポーツ スイーツ（シリアルバー） いやされよっさ</p> <p>夕食</p>	休日
4	5	6	7	8	9	10	
休日	<p>朝食 創作活動 ラクラク体操</p> <p>昼食 レッツ！健康 園芸 フククッキング</p> <p>夕食</p>	<p>朝食 ゆるトレ ひとり暮らしの会</p> <p>昼食 暮らしの知恵袋 健康足浴 ダイエット体操</p> <p>夕食</p>	<p>朝食 買物ツアー（イオン） レッツ！健康料理</p> <p>昼食 みんなで作ろう デイケア・サ・ライブ ラジオ体操</p> <p>夕食</p>	<p>朝食 創作活動 ハンドベル</p> <p>昼食 デイケアサロン「よりみち」 レッツ！健康料理 ダイエット体操</p> <p>夕食</p>	<p>朝食 体操の時間 エンカウンター</p> <p>昼食 スポーツ スイーツ（スコーン） いやされよっさ</p> <p>夕食</p>	休日	
	11	12	13	14	15	16	17
休日	<p>朝食 創作活動 ラクラク体操</p> <p>昼食 働く準備の会 健康足浴 フククッキング</p> <p>夕食</p>	<p>朝食 お付き合いサークル 健脚クラブ</p> <p>昼食 手作り教室 シネマ ダイエット体操</p> <p>夕食</p>	<p>朝食 買物ツアー（イオン） ゆるトレ</p> <p>昼食 秋の体力測定 ラジオ体操</p> <p>夕食</p>	<p>朝食 創作活動 ピアトーク</p> <p>昼食 みんなで脳トレ WRAPを始めてみよう ダイエット体操</p> <p>夕食</p>	<p>朝食 体操の時間 園芸</p> <p>昼食 スポーツ スイーツ（フレンチトースト） いやされよっさ</p> <p>夕食</p>	休日	
	18	19	20	21	22	23	24
休日	<p>朝食 創作活動 ラクラク体操</p> <p>昼食 働く準備の会 健康足浴 フククッキング</p> <p>夕食</p>	<p>朝食 音楽鑑賞会 ひとり暮らしの会</p> <p>昼食 レッツ！健康 健脚クラブ ダイエット体操</p> <p>夕食</p>	<p>朝食 買物ツアー（イオン） 料理教室（話し合い）</p> <p>昼食 レクリエーション（散策） ラジオ体操</p> <p>夕食</p>	<p>朝食 創作活動 ハンドベル</p> <p>昼食 みんなで脳トレ デイケアサロン「よりみち」 ダイエット体操</p> <p>夕食</p>	<p>朝食 体操の時間 エンカウンター</p> <p>昼食 スポーツ スイーツ（栗ようかん） いやされよっさ</p> <p>夕食</p>	休日	
	25	26	27	28	29	30	31
休日	<p>朝食 創作活動 ラクラク体操</p> <p>昼食 暮らしの知恵袋 健康足浴 フククッキング</p> <p>夕食</p>	<p>朝食 お付き合いサークル 健脚クラブ</p> <p>昼食 手作り教室 みんなで脳トレ ダイエット体操</p> <p>夕食</p>	<p>朝食 買物ツアー（イオン） 園芸</p> <p>昼食 スポーツ大会（ボーリング） 料理教室（調理） ラジオ体操</p> <p>夕食</p>	<p>朝食 創作活動 ピアトーク</p> <p>昼食 料理教室（調理） WRAPを始めてみよう ダイエット体操</p> <p>夕食</p>	<p>朝食 防災について</p> <p>昼食 スポーツ スイーツ（パンフキンケーキ） いやされよっさ</p> <p>夕食</p>	休日	

令和2年 テイケア 10月 プログラム表

日	月	火	水	木	金	土
<p>秋も深まり、朝晩冷え込んできました。 季節の変わり目で体調も崩しやすい為、くれぐれもご自愛ください。 ・新型コロナウイルス感染拡大防止の為、今月も感染状況によってプログラムが変更となる場合がありますので御了承下さい。 ・新しく「防災について」というプログラムが加わります。 近年増えている異常気象に伴う自然災害についての防災意識を高めましょう。</p>		 <p>レッツ！健康 今月のテーマ 「白内障・緑内障について」 レッツ！健康料理 「豚肉としめじの炒め物」</p>		1	2	3
				<p>創作活動 ピアトーク 昼食</p>	<p>体操の時間 喫茶「ほっと」 昼食</p>	休日
				<p>料理教室（調理） WRAPを始めてみよう</p>	<p>スポーツ スイーツ（シリアルバー）</p>	
4	5	6	7	8	9	10
休日	<p>創作活動 ラクラク体操 昼食</p>	<p>ゆるトレ ひとり暮らしの会 昼食</p>	<p>買物ツアー（イオン） レッツ！健康料理 昼食</p>	<p>創作活動 ハンドベル 昼食</p>	<p>体操の時間 エンカウンター 昼食</p>	休日
	<p>レッツ！健康 園芸</p>	<p>暮らしの知恵袋 健康足浴</p>	<p>みんなで作ろう テイケア・ザ・ライブ 0</p>	<p>テイケアサロン「よりみち」 レッツ！健康料理</p>	<p>スポーツ スイーツ（スコーン）</p>	
11	12	13	14	15	16	17
休日	<p>創作活動 ラクラク体操 昼食</p>	<p>お付き合いサークル 健脚クラブ 昼食</p>	<p>買物ツアー（イオン） ゆるトレ 昼食</p>	<p>創作活動 ピアトーク 昼食</p>	<p>体操の時間 園芸 昼食</p>	休日
	<p>働く準備の会 健康足浴</p>	<p>手作り教室 シネマ</p>	<p>秋の体力測定</p>	<p>みんなで脳トレ WRAPを始めてみよう</p>	<p>スポーツ スイーツ（フレンチトースト）</p>	
18	19	20	21	22	23	24
休日	<p>創作活動 ラクラク体操 昼食</p>	<p>音楽鑑賞会 ひとり暮らしの会 昼食</p>	<p>買物ツアー（イオン） 料理教室（話し合い） 昼食</p>	<p>創作活動 ハンドベル 昼食</p>	<p>体操の時間 エンカウンター 昼食</p>	休日
	<p>働く準備の会 健康足浴</p>	<p>レッツ！健康 健脚クラブ</p>	<p>レクリエーション（散策）</p>	<p>みんなで脳トレ テイケアサロン「よりみち」</p>	<p>スポーツ スイーツ（栗ようかん）</p>	
25	26	27	28	29	30	31
休日	<p>創作活動 ラクラク体操 昼食</p>	<p>お付き合いサークル 健脚クラブ 昼食</p>	<p>買物ツアー（イオン） 園芸 昼食</p>	<p>創作活動 ピアトーク 昼食</p>	<p>防災について 昼食</p>	休日
	<p>暮らしの知恵袋 健康足浴</p>	<p>手作り教室 みんなで脳トレ</p>	<p>スポーツ大会（ボーリング） 料理教室（調理）</p>	<p>料理教室（調理） WRAPを始めてみよう</p>	<p>スポーツ スイーツ（パンフキンケーキ）</p>	