

令和2年 デイナイトケア 11月 プログラム表

日 1	月 2	火 3	水 4	木 5	金 6	土 7					
休日	朝食 創作活動 体操の時間 昼食 働く準備の会 健康足浴 めざせ！白山登頂 夕食	文化の日	朝食 買物ツアー（イオン） みんなで脳トレ 昼食 みんなで作ろう テイケア・ザ・ライヴ ラジオ体操 夕食	朝食 創作活動 ハンドベル 昼食 テイケアサロン「よりみち」 音楽鑑賞会 ダイエット体操 夕食	朝食 体操の時間 園芸 昼食 スポーツ スイーツ（スイートポテト） いやされよっさ 夕食	休日					
	8		9	10	11		12	13	14		
	休日		朝食 創作活動 体操の時間 昼食 ヘルスサポート 健康足浴 めざせ！白山登頂 夕食	朝食 ピアトーク 健脚クラブ 昼食 暮らしの会 料理教室（話し合い） ダイエット体操 夕食	朝食 買物ツアー（イオン） 手作り教室 昼食 料理教室（調理） みんなで脳トレ ラジオ体操 夕食		朝食 創作活動 エンカウンター 昼食 料理教室（調理） WRAPを始めてみよう ダイエット体操 夕食	朝食 体操の時間 園芸 昼食 スポーツ スイーツ（バナナケーキ） いやされよっさ 夕食	休日		
			15	16	17		18	19		20	21
			休日	朝食 創作活動 体操の時間 昼食 働く準備の会 健康足浴 めざせ！白山登頂 夕食	朝食 お付き合いサークル 健脚クラブ 昼食 レッツ！健康 ピアトーク ダイエット体操 夕食		朝食 買物ツアー（イオン） 手作り教室 昼食 レッツ！健康料理 みんなで脳トレ ラジオ体操 夕食	朝食 創作活動 ハンドベル 昼食 レッツ！健康料理 テイケアサロン「よりみち」 ダイエット体操 夕食		朝食 体操の時間 園芸 昼食 スポーツ スイーツ（アップルパイ） いやされよっさ 夕食	休日
22		23		24	25	26	27	28			
休日	勤労感謝の日	朝食 暮らしの会 健脚クラブ 昼食 料理教室（話し合い） ピアトーク ダイエット体操 夕食		朝食 買物ツアー（イオン） 園芸 昼食 料理教室（調理） レクリエーション ラジオ体操 夕食	朝食 創作活動 エンカウンター 昼食 料理教室（調理） WRAPを始めてみよう ダイエット体操 夕食	朝食 私たちの病気について 昼食 スポーツ大会 スイーツ（あんみつ） いやされよっさ 夕食	休日				
		29		30	街路樹の葉の色は濃くなり、朝夕の冷え込みが肌身にしみるようになってきました。 この時期、新型コロナウイルスに加えてインフルエンザウィルス感染に注意が必要です。 こまめな手洗いとうがい、マスク着用を励行しながら体調管理に気を配っていきましょう。 レッツ！健康 テーマ：お通じについて 料 理：肉入りきんぴらごぼう レクリエーション：ミラクルクイズ スポーツ大会：スマートゲート						
		休日	朝食 創作活動 体操の時間 昼食 働く準備の会 健康足浴 めざせ！白山登頂 夕食								

令和2年 テイケア 11月 プログラム表

日 1	月 2	火 3	水 4	木 5	金 6	土 7			
休日	創作活動 体操の時間 昼食 働く準備の会 健康足浴	文化の日	買物ツアー（イオン） みんなで脳トレ 昼食 みんなで作ろう テイケア・ザ・ライブ	創作活動 ハンドベル 昼食 テイケアサロン「よりみち」 音楽鑑賞会	体操の時間 園芸 昼食 スポーツ スイーツ（スイートポテト）	休日			
	8		9	10	11		12	13	14
	休日		創作活動 体操の時間 昼食 ヘルスサポート 健康足浴	ピアトーク 健脚クラブ 昼食 暮らしの会 料理教室（話し合い）	買物ツアー（イオン） 手作り教室 昼食 料理教室（調理） みんなで脳トレ		創作活動 エンカウンター 昼食 料理教室（調理） WRAPを始めてみよう	体操の時間 園芸 昼食 スポーツ スイーツ（バナナケーキ）	休日
15		16	17	18	19	20	21		
休日		創作活動 体操の時間 昼食 働く準備の会 健康足浴	お付き合いサークル 健脚クラブ 昼食 レッツ！健康 ピアトーク	買物ツアー（イオン） 手作り教室 昼食 レッツ！健康料理 みんなで脳トレ	創作活動 ハンドベル 昼食 レッツ！健康料理 テイケアサロン「よりみち」	体操の時間 園芸 昼食 スポーツ スイーツ（アップルパイ）	休日		
	22	23	24	25	26	27		28	
	休日	勤労感謝の日	暮らしの会 健脚クラブ 昼食 料理教室（話し合い） ピアトーク	買物ツアー（イオン） 園芸 昼食 料理教室（調理） レクリエーション	創作活動 エンカウンター 昼食 料理教室（調理） WRAPを始めてみよう	私たちの病気について 昼食 スポーツ大会 スイーツ（あんみつ）		休日	
29			30	街路樹の葉の色は濃くなり、朝夕の冷え込みが肌身にしみるようになってきました。 この時期、新型コロナウイルスに加えてインフルエンザウィルス感染に注意が必要です。 こまめな手洗いとうがい、マスク着用を励行しながら体調管理に気を配っていきましょう。 レッツ！健康 テーマ：お通じについて 料理：肉入りきんぴらごぼう レクリエーション：ミラクルクイズ スポーツ大会：スマートゲート 					
休日			創作活動 体操の時間 昼食 働く準備の会 健康足浴						

