

令和2年 デイナイトケア 12月 プログラム表

日	月	火	水	木	金	土
		1 朝食 お付き合いサークル 健脚クラブ 昼食 みんなで脳トレ ピアトーク ダイエット体操 夕食	2 朝食 買物ツアー（イオン） 喫茶「ほっと」 昼食 みんなで作ろう デイケア・サ・ライブ ラジオ体操 夕食	3 朝食 創作活動 ハンドベル 昼食 デイケアサロン「よりみち」 音楽鑑賞会 ダイエット体操 夕食	4 朝食 体操の時間 園芸 昼食 スポーツ スイーツ（ババロア） いやされよっさ 夕食	5 休日
6	7	8	9	10	11	12
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） 音楽鑑賞会 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（クッキー） いやされよっさ 夕食	休日
13	14	15	16	17	18	19
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 クリスマス会準備 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 デイケアサロン「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（チーズパウンドケーキ） いやされよっさ 夕食	休日
20	21	22	23	24	25	26
休日	朝食 創作活動 体操の時間 昼食 みんなで脳トレ 健康足浴 めざせ！白山登頂 夕食	朝食 暮らしの会 健脚クラブ 昼食 クリスマス会準備 クリスマス会準備 ダイエット体操 夕食	朝食 クリスマス会準備 クリスマス会（11時開始） 昼食 クリスマス会 ラジオ体操 夕食	朝食 創作活動 エンカウンター 昼食 買物ツアー（イオン） WRAPを始めてみよう ダイエット体操 夕食	朝食 防災について 昼食 スポーツ大会（卓球） スイーツ（スノーボール） いやされよっさ 夕食	休日
27	28	29	街路樹の葉はすっかり落ち、街ではクリスマスイルミネーションが瞬き、冬の到来を感じます。 感染症予防に手洗いやうがいをお忘れなく。 レッツ！健康 テーマ：冷え症 料理：白菜と豚バラのピリ辛炒め レクリエーション：クリスマス会 スポーツ大会：卓球 年末年始 デイケアの休みは12月30日（水）～1月3日（日）になります。			
休日	朝食 創作活動 体操の時間 昼食 買物ツアー（イオン） 健康足浴 めざせ！白山登頂 夕食	朝食 大掃除 昼食 忘年会 ダイエット体操 夕食				



令和2年 テイケア 12月 プログラム表

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
		お付き合いサークル 健脚クラブ	買物ツアー（イオン） 喫茶「ほっと」	創作活動 ハンドベル	体操の時間 園芸	休日
		昼食	昼食	昼食	昼食	
		みんなで脳トレ ピアトーク	みんなで作ろう テイケア・ザ・ライブ	テイケアサロン「よりみち」 音楽鑑賞会	スポーツ スイーツ（ババロア）	
6	7	8	9	10	11	12
休日	創作活動 体操の時間 昼食	ピアトーク 健脚クラブ 昼食	買物ツアー（イオン） 手作り教室 昼食	創作活動 エンカウンター 昼食	体操の時間 園芸 昼食	休日
	ヘルスサポート 健康足浴	暮らしの会 料理教室（話し合い）	料理教室（調理） 音楽鑑賞会	料理教室（調理） WRAPを始めてみよう	スポーツ スイーツ（クッキー）	
13	14	15	16	17	18	19
休日	創作活動 体操の時間 昼食	お付き合いサークル 健脚クラブ 昼食	買物ツアー（イオン） 手作り教室 昼食	創作活動 ハンドベル 昼食	体操の時間 園芸 昼食	休日
	働く準備の会 健康足浴	レッツ！健康 ピアトーク	レッツ！健康料理 クリスマス会準備	レッツ！健康料理 テイケアサロン「よりみち」	スポーツ スイーツ（チーズパウンドケーキ）	
20	21	22	23	24	25	26
休日	創作活動 体操の時間 昼食	暮らしの会 健脚クラブ 昼食	クリスマス会準備 クリスマス会（11時開始） 昼食	創作活動 エンカウンター 昼食	防災について 昼食	休日
	みんなで脳トレ 健康足浴	クリスマス会準備	クリスマス会	買物ツアー（イオン） WRAPを始めてみよう	スポーツ大会（卓球） スイーツ（スノーボール）	
27	28	29	街路樹の葉はすっかり落ち、街ではクリスマスイルミネーションが瞬き、冬の到来を感じます。 感染症予防に手洗いやうがいをお忘れなく。 レクリエーション：クリスマス会 テーマ：冷え症 料理：白菜と豚バラのピリ辛炒め スポーツ大会：卓球 年末年始 テイケアの休みは12月30日（水）～1月3日（日）になります。 			
休日	創作活動 体操の時間 昼食	大掃除 昼食				
	買物ツアー（イオン） 健康足浴	忘年会				

