

令和3年 テイナイトケア 4月 プログラム表

日	月	火	水	木	金	土		
春の陽気が感じられる季節になりました。今年度もよろしくお願い致します。 今月のレクリエーションはお花見を予定しています。 歩きながら満開の桜を楽しみたいと思います。皆さんぜひご参加ください。					1 朝食 創作活動 ハンドベル 昼食 ゆるトレ みんなで脳トレ ダイエット体操 夕食	2 朝食 レクリエーション (お花見) 昼食 スポーツ スイーツ(桜餅) いやされよっさ 夕食	土 3	
レッツ！健康：貧血について レッツ！健康料理：切り干し大根とアサリの炒め煮							休日	
4	5 朝食 創作活動 体操の時間 昼食 春の体力測定 めざせ！白山登頂 夕食	6 朝食 健脚クラブ 園芸 昼食 手作り教室 みんなで脳トレ ダイエット体操 夕食	7 朝食 買物ツアー(イオン) お付き合いサークル 昼食 みんなで作ろう テイケア・ザ・ライブ ラジオ体操 夕食		8 朝食 創作活動 毎日が発見 昼食 サイコロトーク テイケアサロン「よりみち」 ダイエット体操 夕食	9 朝食 体操の時間 暮らしの会 昼食 スポーツ スイーツ(オムレット) いやされよっさ 夕食		10
休日								休日
11	12 朝食 創作活動 体操の時間 昼食 園芸 健康足浴 めざせ！白山登頂 夕食	13 朝食 健脚クラブ WRAPをはじめてみよう (オリエンテーション) 昼食 ヘルスサポート みんなで脳トレ ダイエット体操 夕食	14 朝食 買物ツアー(イオン) 音楽鑑賞会 昼食 体操の時間 スマホお悩み相談会 ラジオ体操 夕食	15 朝食 創作活動 ハンドベル 昼食 ゆるトレ 新聞会(オリエンテーション) ダイエット体操 夕食	16 朝食 体操の時間 お付き合いサークル 昼食 スポーツ スイーツ(みたらし団子) いやされよっさ 夕食	17		
休日						休日		
18	19 朝食 創作活動 体操の時間 昼食 健康足浴 働く準備の会 めざせ！白山登頂 夕食	20 朝食 健脚クラブ 園芸 昼食 料理教室(話し合い) みんなで脳トレ ダイエット体操 夕食	21 朝食 買物ツアー(イオン) お付き合いサークル 昼食 料理教室(調理) スマホお悩み相談会 ラジオ体操 夕食	22 朝食 創作活動 料理教室(調理) 昼食 サイコロトーク テイケアサロン「よりみち」 ダイエット体操 夕食	23 朝食 体操の時間 暮らしの会 昼食 スポーツ スイーツ(カスタードパイ) いやされよっさ 夕食	24		
休日						休日		
25	26 朝食 体操の時間 創作活動 昼食 園芸 健康足浴 めざせ！白山登頂 夕食	27 朝食 健脚クラブ WRAPをはじめてみよう 昼食 レッツ！健康 みんなで脳トレ ダイエット体操 夕食	28 朝食 買物ツアー(イオン) 音楽鑑賞会 昼食 レッツ！健康料理 手作り教室 ラジオ体操 夕食	29 昭和の日	30 朝食 防災について 昼食 スポーツ大会(スマートゲート) スイーツ(ミルクムース) いやされよっさ 夕食	休日		
休日							休日	

令和3年 テイケア 4月 プログラム表

日	月	火	水	木	金	土
春の陽気が感じられる季節になりました。今年度もよろしくお願い致します。 今月のレクリエーションはお花見を予定しています。 歩きながら満開の桜を楽しみたいと思います。皆さんぜひご参加ください。				1	2	3
				創作活動 ハンドベル	レクリエーション (お花見)	休日
				昼食	昼食	
				ゆるトレ みんなで脳トレ	スポーツ スイーツ(桜餅)	
4	5	6	7	8	9	10
休日	創作活動 体操の時間	健脚クラブ 園芸	買物ツアー(イオン) お付き合いサークル	創作活動 毎日が発見	体操の時間 暮らしの会	休日
	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	
	春の体力測定	手作り教室 みんなで脳トレ	みんなで作ろう テイケア・ザ・ライブ	サイコロトーク テイケアサロン「よりみち」	スポーツ スイーツ(オムレット)	
11	12	13	14	15	16	17
休日	創作活動 体操の時間	健脚クラブ WRAPをはじめてみよう (オリエンテーション)	買物ツアー(イオン) 音楽鑑賞会	創作活動 ハンドベル	体操の時間 お付き合いサークル	休日
	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	
	園芸 健康足浴	ヘルスサポート みんなで脳トレ	体操の時間 スマホお悩み相談会	ゆるトレ 新聞会(オリエンテーション)	スポーツ スイーツ(みたらし団子)	
18	19	20	21	22	23	24
休日	創作活動 体操の時間	健脚クラブ 園芸	買物ツアー(イオン) お付き合いサークル	創作活動 料理教室(調理)	体操の時間 暮らしの会	休日
	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	
	健康足浴 働く準備の会	料理教室(話し合い) みんなで脳トレ	料理教室(調理) スマホお悩み相談会	サイコロトーク テイケアサロン「よりみち」	スポーツ スイーツ(カスタードパイ)	
25	26	27	28	29	30	
休日	体操の時間 創作活動	健脚クラブ WRAPをはじめてみよう	買物ツアー(イオン) 音楽鑑賞会	昭和の日	防災について	休日
	昼食	昼食	昼食		昼食	
	園芸 健康足浴	レッツ!健康 みんなで脳トレ	レッツ!健康料理 手作り教室		スポーツ大会(スマートゲート) スイーツ(ミルクームス)	