

令和3年 テイナイトケア 9月 プログラム表

日	月	火	水	木	金	土
<p>朝夕は過ごしやすい季節となりました。 今月のスポーツ大会は風船バレー大会を予定しています。 今回は個人ではなくチーム対抗戦です。 体力関係なく楽しめるスポーツですので ぜひ参加してみてください。 レクリエーションは加佐岬に行きます。 雨天時はクイズ大会を行います。</p> 		1	2	3	4	休日
		朝食 買物ツアー(イオン) 手作り教室	朝食 創作活動 料理勉強会(準備)	朝食 体操の時間 感染予防を知らう	朝食 1	
		昼食 みんなで作ろう テイケア・ザ・ライブ ラジオ体操	昼食 料理勉強会(調理) サイコロトーク ダイエット体操	昼食 スポーツ スイーツ(じゃがもち) いやされよっさ	昼食 2	
		夕食 8	夕食 9	夕食 10		
5	6	7	8	9	10	11
休日	朝食 創作活動 体操の時間	朝食 健脚クラブ 料理教室(話し合い)	朝食 買物ツアー(イオン) お付き合いサークル	朝食 創作活動 ハンドベル	朝食 体操の時間 毎日が発見	休日
	昼食 健康足浴 トマトの会 めざせ!白山登頂	昼食 料理教室(調理) みんなで脳トレ ダイエット体操	昼食 ヘルスサポート ゆるトレ ラジオ体操	昼食 新聞会 ボランティア ダイエット体操	昼食 スポーツ スイーツ(フルーツ寒天) いやされよっさ	
	夕食 12	夕食 13	夕食 14	夕食 15	夕食 16	
休日	朝食 創作活動 体操の時間	朝食 園芸 みんなで脳トレ	朝食 買物ツアー(イオン) 手作り教室	朝食 創作活動 ゆるトレ	朝食 体操の時間 お付き合いサークル	休日
	昼食 健康足浴 働く準備の会 めざせ!白山登頂	昼食 健脚クラブ WRAPをはじめてみよう ダイエット体操	昼食 レッツ!健康 暮らしの会 ラジオ体操	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	昼食 スポーツ スイーツ(ツタマヨコンパン) いやされよっさ	
	夕食 19	夕食 20	夕食 21	夕食 22	夕食 23	
休日	敬老の日	朝食 健脚クラブ 料理教室(話し合い)	朝食 買物ツアー(イオン) 暮らしの会	秋分の日	朝食 私たちの病気について	休日
		昼食 料理教室(調理) みんなで脳トレ ダイエット体操	昼食 レクリエーション(加佐岬) 音楽鑑賞会 ラジオ体操		昼食 スポーツ大会(風船バレー) スイーツ(ガトーショコラ) いやされよっさ	
		夕食 26	夕食 27		夕食 28	
休日	朝食 創作活動 体操の時間	朝食 みんなで脳トレ 園芸	朝食 買物ツアー(イオン) 手作り教室	朝食 創作活動 ハンドベル	<p><レッツ!健康> テーマ:免疫力を高める メニュー: ヨーグルト+α <料理勉強会メニュー> 9月2日 人参りしり</p> 	
	昼食 健康足浴 働く準備の会 めざせ!白山登頂	昼食 健脚クラブ WRAPをはじめてみよう ダイエット体操	昼食 体操の時間 スマホお悩み相談会 ラジオ体操	昼食 新聞会 ボランティア ダイエット体操		
	夕食 26	夕食 27	夕食 28	夕食 29		

令和3年 テイケア 9月 プログラム表

日	月	火	水	木	金	土
<p>朝夕は過ごしやすい季節となりました。 今月のスポーツ大会は風船バレー大会を予定しています。 今回は個人ではなくチーム対抗戦です。 体力関係なく楽しめるスポーツですので ぜひ参加してみてください。 レクリエーションは加佐岬に行きます。 雨天時はクイズ大会を行います。</p> 			<p>1</p> <p>買物ツアー (イオン)</p> <p>手作り教室</p> <p>昼食</p> <p>みんなで作ろう テイケア・ザ・ライブ</p>	<p>2</p> <p>創作活動</p> <p>料理勉強会 (準備)</p> <p>昼食</p> <p>料理勉強会 (調理)</p> <p>サイコロトーク</p>	<p>3</p> <p>体操の時間</p> <p>感染予防を知ろう</p> <p>昼食</p> <p>スポーツ</p> <p>スイーツ (じゃがもち)</p>	<p>4</p> <p>休日</p>
5	6	7	8	9	10	11
休日	<p>創作活動</p> <p>体操の時間</p> <p>昼食</p> <p>健康足浴</p> <p>トマトの会</p>	<p>健脚クラブ</p> <p>料理教室 (話し合い)</p> <p>昼食</p> <p>料理教室 (調理)</p> <p>みんなで脳トレ</p>	<p>買物ツアー (イオン)</p> <p>お付き合いサークル</p> <p>昼食</p> <p>ヘルサポート</p> <p>ゆるトレ</p>	<p>創作活動</p> <p>ハンドベル</p> <p>昼食</p> <p>新聞会</p> <p>ボランティア</p>	<p>体操の時間</p> <p>毎日が発見</p> <p>昼食</p> <p>スポーツ</p> <p>スイーツ (フルーツ寒天)</p>	<p>休日</p>
	12	13	14	15	16	17
休日	<p>創作活動</p> <p>体操の時間</p> <p>昼食</p> <p>健康足浴</p> <p>働く準備の会</p>	<p>園芸</p> <p>みんなで脳トレ</p> <p>昼食</p> <p>健脚クラブ</p> <p>WRAPをはじめてみよう</p>	<p>買物ツアー (イオン)</p> <p>手作り教室</p> <p>昼食</p> <p>レッツ!健康</p> <p>暮らしの会</p>	<p>創作活動</p> <p>ゆるトレ</p> <p>昼食</p> <p>サイコロトーク</p> <p>テイケアサロン「よりみち」</p>	<p>体操の時間</p> <p>お付き合いサークル</p> <p>昼食</p> <p>スポーツ</p> <p>スイーツ (ツナマヨコーンパン)</p>	<p>休日</p>
	19	20	21	22	23	24
休日	<p>敬老の日</p>	<p>健脚クラブ</p> <p>料理教室 (話し合い)</p> <p>昼食</p> <p>料理教室 (調理)</p> <p>みんなで脳トレ</p>	<p>買物ツアー (イオン)</p> <p>暮らしの会</p> <p>昼食</p> <p>レクリエーション (加佐岬)</p> <p>音楽鑑賞会</p>	<p>秋分の日</p>	<p>私たちの病気について</p> <p>昼食</p> <p>スポーツ大会 (風船バレー)</p> <p>スイーツ (ガトーショコラ)</p>	<p>休日</p>
		26	27		28	
休日	<p>創作活動</p> <p>体操の時間</p> <p>昼食</p> <p>健康足浴</p> <p>働く準備の会</p>	<p>みんなで脳トレ</p> <p>園芸</p> <p>昼食</p> <p>健脚クラブ</p> <p>WRAPをはじめてみよう</p>	<p>買物ツアー (イオン)</p> <p>手作り教室</p> <p>昼食</p> <p>体操の時間</p> <p>スマホお悩み相談会</p>	<p>創作活動</p> <p>ハンドベル</p> <p>昼食</p> <p>新聞会</p> <p>ボランティア</p>	<p><レッツ!健康> テーマ: 免疫力を高める メニュー: ヨーグルト+α <料理勉強会メニュー> 9月2日 人参しりしり</p> 	