

# 令和4年 テイナイトケア 5月 プログラム表

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
休日	朝食 創作活動 ピアトーク	憲法記念日	みどりの日	こどもの日	朝食 体操の時間 暮らしの会	休日
	昼食 トマトの会 体操の時間 めざせ！白山登頂				昼食 スポーツ スイーツ(ベッコウ飴) いやされよっさ	
	夕食				夕食	
	夕食				夕食	
8	9	10	11	12	13	14
	朝食 創作活動 エンカウンター	朝食 園芸 料理教室(話し合い)	朝食 買物ツアー(イオン) オシャレ・マナー講座	朝食 創作活動 ハンドベル	朝食 体操の時間 趣味の会	休日
	昼食 働く準備の会 体操の時間 めざせ！白山登頂	昼食 料理教室(調理) 健康足浴 ダイエット体操	昼食 みんなで作ろう テイケア・ザ・ライブ ラジオ体操	昼食 手作り教室 サイコロトーク ダイエット体操	昼食 スポーツ スイーツ(スムージー) いやされよっさ	
	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食	
夕食	夕食	夕食	夕食	夕食		
15	16	17	18	19	20	21
	朝食 創作活動 ピアトーク	朝食 園芸 みんなで脳トレ	朝食 買物ツアー(アピオ) お付き合いサークル	朝食 創作活動 料理勉強会(準備)	朝食 体操の時間 毎日が発見	休日
	昼食 トマトの会 体操の時間 めざせ！白山登頂	昼食 健脚クラブ 検定塾 ダイエット体操	昼食 レクリエーション (橋立散策) ラジオ体操	昼食 料理勉強会(調理) 新聞会 ダイエット体操	昼食 スポーツ スイーツ(餃子の焼きバナナ) いやされよっさ	
	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食	
夕食	夕食	夕食	夕食	夕食		
22	23	24	25	26	27	28
	朝食 創作活動 エンカウンター	朝食 園芸 料理教室(話し合い)	朝食 買物ツアー(イオン) オシャレ・マナー講座	朝食 創作活動 ハンドベル	朝食 生活サポートガイダンス	休日
	昼食 働く準備の会 体操の時間 めざせ！白山登頂	昼食 料理教室(調理) 健康足浴 ダイエット体操	昼食 レッツ！健康 スマホお悩み相談会 ラジオ体操	昼食 テイケアサロン「よみみち」 サイコロトーク ダイエット体操	昼食 スポーツ大会 スイーツ(フルーチェアイス) いやされよっさ	
	夕食	夕食	夕食	夕食	夕食	
夕食	夕食	夕食	夕食	夕食		
29	30	31	<b>お知らせ</b> ・心理系プログラム「ピアトーク」「エンカウンター」を再開します。 ・オシャレ講座をバージョンアップし、「オシャレ・マナー講座」に生まれ変わります。 ・生活サポートガイダンスは、皆さんの生活をサポートする年金など公的な制度についての知識を広げます。 ・19日(木)の料理勉強会は、「旬野菜のサラダ」を作ります。 ・25日(水)レッツ！健康は、「内臓脂肪」について勉強します。			
	朝食 創作活動 ピアトーク	朝食 園芸 みんなで脳トレ				
	昼食 トマトの会 体操の時間 めざせ！白山登頂	昼食 健脚クラブ 検定塾 ダイエット体操				
	夕食	夕食				



# 令和4年 テイケア 5月 プログラム表

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
休日	創作活動 ピアトーク 昼食	憲法記念日	みどりの日	こどもの日	体操の時間 暮らしの会 昼食	休日
	トマトの会				スポーツ	
	体操の時間				スイーツ(べっこう飴)	
休日	創作活動 エンカウンター 昼食	園芸 料理教室(話し合い) 昼食	買物ツアー(イオン) オシャレ・マナー講座 昼食	創作活動 ハンドベル 昼食	体操の時間 趣味の会 昼食	休日
	働く準備の会	料理教室(調理)	みんなで作ろう テイケア・ザ・ライブ	手作り教室	スポーツ	
	体操の時間	健康足浴		サイコロトーク	スイーツ(スムージー)	
休日 	創作活動 ピアトーク 昼食	園芸 みんなで脳トレ 昼食	買物ツアー(アビオ) お付き合いサークル 昼食	創作活動 料理勉強会(準備) 昼食	体操の時間 毎日が発見 昼食	休日
	トマトの会	健脚クラブ	レクリエーション (橋立散策)	料理勉強会(調理)	スポーツ	
	体操の時間	検定塾		新聞会	スイーツ(餃子の焼きバナナ)	
休日	創作活動 エンカウンター 昼食	園芸 料理教室(話し合い) 昼食	買物ツアー(イオン) オシャレ・マナー講座 昼食	創作活動 ハンドベル 昼食	生活サポートガイダンス 昼食	休日
	働く準備の会	料理教室(調理)	レッツ!健康	テイケアサロン「よしみち」	スポーツ大会	
	体操の時間	健康足浴	スマホお悩み相談会	サイコロトーク	スイーツ(フルーチェアイス)	
休日	創作活動 ピアトーク 昼食	園芸 みんなで脳トレ 昼食	<p>お知らせ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>心理系プログラム「ピアトーク」「エンカウンター」を再開します。</li> <li>オシャレ講座をバージョンアップし、「オシャレ・マナー講座」に生まれ変わります。</li> <li>生活サポートガイダンスは、皆さんの生活をサポートする年金など公的な制度についての知識を広げます。</li> <li>19日(木)の料理勉強会は、「旬野菜のサラダ」を作ります。</li> <li>25日(水)レッツ!健康は、「内臓脂肪」について勉強します。</li> </ul>			
	トマトの会	健脚クラブ				
	体操の時間	検定塾				