

令和4年 テイナイトケア12月 プログラム表

日	月	火	水	木	金	土
今年も残り1か月。シクラメンがかわいらしい花を咲かせる季節となりました テイケア最大のイベント「クリスマス会」が23日に行われます。 グループ活動も大詰めですが、皆で楽しい会を作っていきますよう。 レッツ！健康：テーマ「血糖について」 料理勉強会：テーマ「飾り切り」 				1 朝食	2 朝食	3 休日
				創作活動 ハンドベル	体操の時間 園芸	
				昼食	昼食	
				テイケアサロン「よりみち」 サイコロトーク ダイエット体操	スポーツ スイーツ(白玉ぜんざい) いやされよっさ	
				夕食	夕食	
4	5 朝食 体操の時間 毎日が発見 昼食 創作活動 働く準備の会 めざせ！白山登頂 夕食	6 朝食 エンカウンター 料理教室(準備) 昼食 料理教室(調理) トマトの会 ダイエット体操 夕食	7 朝食 買物ツアー(アビオ) オシャレ・マナー講座 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 ハンドベル 昼食 手作り教室 ボランティア ダイエット体操 夕食	9 朝食 体操の時間 園芸 昼食 スポーツ スイーツ(フリン) いやされよっさ 夕食	10 休日
11	12 朝食 体操の時間 暮らしの会 昼食 創作活動 健康足浴 めざせ！白山登頂 夕食	13 朝食 ピアトーク 図書館 昼食 健脚クラブ みんなで脳トレ ダイエット体操 夕食	14 朝食 買物ツアー(ヤマキシ) 音楽鑑賞会 昼食 クリスマス会準備 ラジオ体操 夕食	15 朝食 創作活動 料理勉強会(準備) 昼食 料理勉強会(調理) 新聞会 ダイエット体操 夕食	16 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	17 休日
18	19 朝食 体操の時間 お付き合いサークル 昼食 創作活動 働く準備の会 めざせ！白山登頂 夕食	20 朝食 エンカウンター ゆるトレ 昼食 元気の時間 サイコロトーク ダイエット体操 夕食	21 朝食 買物ツアー(イオン) レッツ！健康 昼食 クリスマス会準備 ラジオ体操 夕食	22 朝食 創作活動 ハンドベル 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	23 朝食 クリスマス会準備 昼食 クリスマス会 いやされよっさ 夕食	24 休日
25	26 朝食 体操の時間 毎日が発見 昼食 創作活動 健康足浴 めざせ！白山登頂 夕食	27 朝食 ピアトーク 図書館 昼食 健脚クラブ スマホお悩み相談会 ダイエット体操 夕食	28 朝食 買物ツアー(アビオ) 音楽鑑賞会 昼食 レクリエーション (忘年会準備) ラジオ体操 夕食	29 朝食 大掃除 昼食 レクリエーション (忘年会) ダイエット体操 夕食	30 年末年始は 12月30日(金)から1月3日(火)まで テイケアはお休みです。 4日(水)に元気で お会いできるのを 楽しみにしています。	31 

令和4年 ティケア 12月 プログラム表

日	月	火	水	木	金	土
今年も残り1か月。シクラメンがかわいらしい花を咲かせる季節となりました。 テイケア最大のイベント「クリスマス会」が23日に行われます。 グループ活動も大詰めですが、皆で楽しい会を作っていきましょう。 レッツ！健康：テーマ「血糖について」 料理勉強会：テーマ「飾り切り」 				1	2	3
				創作活動 ハンドベル	体操の時間 園芸	休日
				昼食	昼食	
				テイケアサロン「よみみち」 サイコロトーク	スポーツ スイーツ(白玉ぜんざい)	
4	5	6	7	8	9	10
休日	体操の時間 毎日が発見	エンカウンター 料理教室(準備)	買物ツアー(アビオ) オシャレ・マナー講座	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	昼食	
	創作活動 働く準備の会	料理教室(調理) トマトの会	みんなで作ろう テイケア・ザ・ライブ	手作り教室 ボランティア	スポーツ スイーツ(プリン)	
11	12	13	14	15	16	17
休日	体操の時間 暮らしの会	ピアトーク 図書館	買物ツアー(ヤマキシ) 音楽鑑賞会	創作活動 料理勉強会(準備)	体操の時間 園芸	休日
	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	
	創作活動 健康足浴	健脚クラブ みんなで脳トレ	クリスマス会準備	料理勉強会(調理) 新聞会	スポーツ スイーツ(アップルパイ)	
18	19	20	21	22	23	24
休日	体操の時間 園芸	エンカウンター ゆるトレ	買物ツアー(イオン) レッツ！健康	創作活動 ハンドベル	クリスマス会準備	休日
	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	
	創作活動 働く準備の会	元気の時間 サイコロトーク	クリスマス会準備	クリスマス会準備	クリスマス会	
25	26	27	28	29	30	31
休日	体操の時間 毎日が発見	ピアトーク 図書館	買物ツアー(アビオ) 音楽鑑賞会	大掃除	年末年始は 12月30日(金)から1月3日(火)まで テイケアはお休みです。 4日(水)に元気で お会いできるのを 楽しみにしています。 	
	昼食	昼食	昼食	昼食		
	創作活動 健康足浴	健脚クラブ スマホお悩み相談会	レクリエーション (忘年会準備)	レクリエーション (忘年会)		