

ディケア 12月プログラム

曜日	月	火	水	木	金
	1	2	3	4	5
朝	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩
午前	運動・創作・趣味	運動・創作・趣味	長島図書館	運動・創作・趣味	調理
午後	元気体操	運動・文学・趣味	書道	運動・文学・趣味	運動・文学・趣味
夕	趣味・バランスボール	趣味・バランスボール	趣味・バランスボール	趣味・バランスボール	買い物支援
	8	9	10	11	12
朝	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩
午前	運動・創作・趣味	運動・創作・趣味	造形	運動・創作・趣味	無料喫茶体験
午後	元気体操	運動・文学・趣味	造形	クイズ大会	運動・文学・趣味
夕	趣味・バランスボール	趣味・バランスボール	趣味・バランスボール	趣味・バランスボール	買い物支援
	15	16	17	18	19
朝	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩
午前	運動・創作・趣味	運動・創作・趣味	パロー(桑名)	運動・創作・趣味	クリスマス会
午後	元気体操	運動・文学・趣味	運動・文学・趣味	運動・文学・趣味	クリスマス会
夕	趣味・バランスボール	趣味・バランスボール	趣味・バランスボール	趣味・バランスボール	買い物支援
	22	23	24	25	26
朝	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩
午前	運動・創作・趣味	運動・創作・趣味	運動・創作・趣味	ハーバリウム	調理
午後	元気体操	運動・文学・趣味	運動・文学・趣味	運動・文学・趣味	SST
夕	趣味・バランスボール	趣味・バランスボール	趣味・バランスボール	趣味・バランスボール	買い物支援
	29	30	31	1月1日	1月2日
朝	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩	ラジオ体操・散歩
午前	買い物	買い物	運動・創作・趣味	運動・創作・趣味	運動・創作・趣味
午後	あやめ うおーく	運動・文学・趣味	運動・文学・趣味	運動・文学・趣味	運動・文学・趣味
夕	趣味・バランスボール	趣味・バランスボール	趣味・バランスボール	趣味・バランスボール	趣味・バランスボール

運動:卓球、風船バレー、ペタンク、元気体操、筋トレ
 創作:壁飾り作り、絵手紙、ミシン、編み物、手芸など
 趣味:カラオケ、映画、麻雀、UNO、塗り絵 その他趣味

12/19はクリスマス会を開催予定です！
 おたのしみに～♪