

令和2年 9月 デイケアプログラム

月	火	水	木	金	土
1 	1 健康チェック スポーツ (TTC) / 健康体操 紙ヒコーキ	2 風船バレー アート 冷やし中華	3 スポーツ (TTC) / 健康体操 心の病気 ABCinDC / からだけんこう部 玉入れ	4 ゆるヨガ  テーブルゲーム大会 トッピング冷奴	5
7 園芸 カラオケ  カラオケ	8 音楽鑑賞 スポーツ (TTC) / 健康体操 たこ焼	9 ダーツ 毛筆  ジェンガ	10 スポーツ (TTC) / 健康体操 心の病気 ABCinDC / 革細工 みそ汁	11 喫茶M  喫茶 脳トレ	12
14 アート 卓球大会 きゅうりの中華サラダ	15  園芸 スポーツ (TTC) / 健康体操 ダーツ	16 手芸 アクティブヨガ アイス	17 スポーツ (TTC) / 健康体操 good job! 輪投げ	18 簡単調理M 簡単調理 / SST① ボウリング	19
21 敬老の日	22 秋分の日	23 メンズクッキングM メンズC / 硬筆 トランプ	24 スポーツ (TTC) / 健康体操 全体ミーティング ジェンガ	25 園芸 手芸 / SST② 卵料理	26 ウォーキング からだけんこう部
28 革細工 革細工 / グランドゴルフ 花札	29 ウォーキング スポーツ (TTC) / 健康体操 ナスと豚肉のみそ炒め	30 調理M  調理 / 心の病気 ABCinDC ダーツ	 <p>・季節の変わり目です。 体調管理に気を付けていきましょう。 3密を避け、感染症予防に努めましょう。</p>		

パソ茶 センター茶話会
センターパソコン教室

ABC 心の病気ABC