



2024年12月 プログラム予定表



	月	火	水	木	金	土
	2	3	4	5	6	7
午前	D つつじGr 体操/レク K さつきGr ポッチャ	D つつじGr 体操/レク K さつきGr ミーティング/Xmas練習	D つつじGr 体操/レク K さつきGr ラダーボール	D つつじGr 体操/カラオケ K さつきGr 創作活動	D つつじGr 体操/レク K さつきGr モルック	D1 おしゃべりサロン D2 DVD体操
午後	D1 マンダラ塗り絵 D2 生活アドバイス K1 ダンベル体操 K2 パターゴルフ	D1 書道 D2 DVD体操 K1 ゲートボール K2 SST	D1 頂の体操 D2 卓上ゲーム K1 ヨガ K3 プラ板アート 外 DC買い物	D1 大人の塗り絵/プラ板 D2 タオルフィットネス K1 ポッチャ K2 楽器練習	D1 創作活動 D2 日本史 K1 太極拳 K2 ウクレレ	D
	9	10	11	12	13	14
午前	D 年末合同レク ボウリング大会 	D 年末合同レク 大カルタ大会 	D つつじGr 体操/レク K さつきGr 音楽鑑賞(クラシック)	D つつじGr 体操/レク K さつきGr ポッチャ	D つつじGr 体操/カラオケ K さつきGr ゲートボール	D1 卓上ボウリング D2 お口の体操 外 散歩「図書館」
午後	D1 書道 D2 読書会 K1 太極拳 K2 ラダーボール	D1 手芸工作 D2 世界で一番楽な筋トレ K1 モルック K2 楽器練習 外 散歩[図書館]	D1 クロスワード D2 DVD体操 K1 ポッチャ K3 プラ板アート	D1 大人の塗り絵/プラ板 D2 カーヴィー体操 K1 ミニ琴 K2 卓球レク	D1 創作活動 D2 ダーツ K1 DVD体操 K2 パターゴルフ	D1 読書会 D2 寺子屋
	16	17	18	19	20	21
午前	D つつじGr 体操/レク K さつきGr カラオケコーラス	D つつじGr 体操/レク K さつきGr 音楽鑑賞(邦楽)	D つつじGr 体操/レク K さつきGr 体操/パターゴルフ	D つつじGr 体操/レク K さつきGr ラダーボール	D つつじGr 体操/レク K さつきGr ポッチャ	D1 おしゃべりサロン D2 DVD体操 外 散歩[図書館]
午後	D1 マンダラ塗り絵 D2 生活アドバイス K1 ヨガ K2 ラダーボール	D1 書道 D2 DVD体操 K1 ボウリング K2 SST 外 散歩[図書館]	D1 卓上ゲーム D2 ダンベル体操 K1 モルック K3 プラ板アート	D1 大人の塗り絵 D2 タオルフィットネス K1 ポッチャ K2 楽器練習	D1 創作活動 D2 日本史 K1 エアロビ K2 輪投げ	D1 寺子屋 D2 マンダラ塗り絵
	23	24	25	26	27	28
午前	D つつじGr 体操/レク K さつきGr 創作活動 	D つつじGr 体操/レク K さつきGr Xmas練習	D つつじGr 体操/カラオケ K さつきGr モルック	D つつじGr 体操/レク K さつきGr 音楽鑑賞(クラシック)	D つつじGr 大掃除 K さつきGr 大掃除	D1 卓上ボウリング D2 お口の体操 外 散歩「図書館」
午後	D1 書道 D2 カーヴィー体操 K1 ゲートボール K2 読書会 外	クリスマス会 		D1 クロスワード D2 太極拳 K1 ポッチャ K3 プラ板アート 外 散歩[図書館]	D1 大人の塗り絵/プラ板 D2 世界で一番楽な筋トレ K1 モルック K2 楽器練習	D 土曜のカラオケ

☆お知らせ☆ 2024年12月29日～2025年1月3日デイケアはお休みとなります。