

# 2021年 12月 デイケアプログラム予定

	月	火	水	木	金	土
			12月1日	12月2日	12月3日	12月4日
午前			卓球/手芸	ミーティング	クリスマス飾りつけ	自主活動
午後			休診	ヨガ 心と身体をリフレッシュ	県立図書館 自主活動	休診
	12月6日	12月7日	12月8日	12月9日	12月10日	12月11日
午前	椅子ストレッチ	習字・写経 絵手紙等	卓球/手芸	アロマ消臭剤作り	新聞を読んで 考えよう	卓球/手芸
午後	事業所見学 一歩茶畑	手芸	スポーツ 本宮体育館	休診	薬について 便秘(銀河薬局)	ホースセラピー 手芸
	12月13日	12月14日	12月15日	12月16日	12月17日	12月18日
午前	バーチャル企業見学	雑字で脳を 刺激しよう	卓球/手芸	暮らしに役立つ アイデア教えて	認知行動療法	休診
午後	鳴滝庵他 自主活動	スポーツ 本宮体育館	休診	ヨガ 心と身体をリフレッシュ	休診	休診
	12月20日	12月21日	12月22日	12月23日	12月24日	12月25日
午前	自主活動	一時間読書	卓球/手芸	コミュニケーション トレーニング②	DVD鑑賞/自主活動	自主活動
午後	事業所見学 福祉バンク	手芸	スポーツ 本宮体育館	休診	楽しく簡単筋トレ	ホースセラピー 手芸
	12月27日	12月28日	12月29日	12月30日	12月31日	
午前	大掃除 今年を振り返って	自主活動	休診	休診	休診	
午後	近場にお買い物 自主活動	休診	休診	休診	休診	

- ※ 都合によりプログラムに変更が生じることがあります。
- ※ プログラムに参加する場合は決まった時間に来ていただくようお願いいたします。(午前は9時から9時半、午後は12時半から13時)
- ※ 予定表の色のついているものは、外出プログラムです。2つに分かれていない場合は、デイケアルームには残れません。
- ※ 外出プログラムに参加する場合は、開始時間より前にお越しください。