

令和5年

1月

中央デイケアプログラム予定表(活動・集合場所)

	月 2	火 3	木 5	金 6	土 7
午前	<div style="border: 2px solid gray; padding: 10px; text-align: center;"> <p>年末年始の休み 12月30日(金) ~ 1月4日(水)の6日間</p> </div>		前半 ケアビクス DC室 スポーツ 体育館	書いろいろ&PC DC室 前半 働くことについて 和室	アート DC室 ゲーム DC室
午後			自主グループ活動 キングダム DC室	前半 自分を知ろう! DC室 後半 レクスポ DC室	自主グループ活動 DC室 映画 タイタニック
午前	 <p>成人の日</p>	アート DC室 ダイエットプログラム DC室	前半 ケアビクス DC室 後半 うたごえ喫茶 スポーツ 体育館	書いろいろ&PC DC室 前半 働くことについて 和室	アート DC室 ゲーム DC室
午後		和輪話 DC室 書道 DC室	自主グループ活動 DC室 映画観賞 ハイアンドロー	前半 自分を知ろう! DC室 後半 レクスポ DC室	自主グループ活動 DC室
午前	エンジョイトーキング 毎週血圧測定 DC室 ガーデニング	アート DC室 ダイエットプログラム DC室	前半 ケアビクス DC室 後半 うたごえ喫茶 DC室 スポーツ 体育館	書いろいろ&PC DC室 前半 働くことについて 和室	アート DC室 ゲーム DC室
午後	元気アップ DC室	和輪話 DC室 書道 DC室	自主グループ活動 DC室 映画ハイアンドロー	前半 栄養教室 DC室 後半 レクスポ	自主グループ活動 DC室 映画グイーンマイル
午前	エンジョイトーキング 毎週血圧測定 DC室 ※防災訓練 ガーデニング	アート DC室 ダイエットプログラム DC室	前半 ケアビクス DC室 後半 うたごえ喫茶 DC室 スポーツ 体育館	書いろいろ&PC DC室 前半 アサーション 和室	ゲーム DC室 アート DC室
午後	元気アップ DC室	全体ミーティング 目標について DC室	自主グループ活動 DC室 映画観賞	前半 自分を知ろう! DC室 後半 レクスポ DC室	自主グループ活動 DC室
午前	エンジョイトーキング 毎週血圧測定 DC室 ガーデニング DC室	アート DC室 ダイエットプログラム DC室			
午後	元気アップ DC室	和輪話 DC室 書道 DC室			

**【お知らせ】**  
 ※感染拡大防止のため  
 再度感染対策(マスク・手洗い・消毒・ソーシャルディスタンス)  
 の徹底のご協力をお願い致します!  
 マスクは、各自で準備をお願い致します。  
 ※今月の防災訓練 1月23日(月)午前中です。