

デイケア「桜の咲く丘」
♪ 12月のプログラム ♪

2023年12月

	月	火	水	木	金	土
午前					1 統合失調症 対処講座⑧	2 卓球 こころの 元気+ 読書会
午後					モルック	
午前	4 クリエイティブアワー ～クリスマス会・計画～	5 身体測定	6 生活お悩み 相談会	7 マイペースサロン	8 世界のレアスポーツを 探そう	9 歌を歌おう
午後	エクササイズグループ	書道とペン習字 ～私の今年の一字～	バドミントン ～運動公園へ外出～ ※1時までに来所ください 靴をご持参ください	おしゃべり グループ	図書館へ 行こう	ハツ・ササイズ ～沖縄エイサー踊り～
午前	11 デイケア ミーティング	12 クリスマス創作	13 クリスマス会計画 (12/20に向けて)	14 マイペースサロン	15 クリスマス 創作	16 仕事に ついて 語り合う会
午後	何でも 話せる会	デイケア ガーデン	お手軽サーキット トレーニング	動画で エクササイズ	コミュニケーションゲーム	卓球 輪投げ
午前	18 クリエイティブアワー ～クリスマス会・準備～	19 モーニング エクササイズ	20 2023年の振り返り	21 マイペースサロン	22 お困り解決倶楽部	23 簡単昼食作り ～おでん🍲～
午後	アフタヌーン ストレッチ	Enjoy Music	クリスマス会🎄	ヨガ療法 ～外部講師～	バスケットボール ～運動公園へ外出～ ※1時までに来所ください 靴をご持参ください	
午前	25 クリエイティブアワー ～クリスマス会・実行～	26 モーニング エクササイズ	27 心のエクササイズ	28 マイペースサロン	29 年末休み	30 年末休み
午後		火曜トーク! Talk!	図書館へ 行こう	ちょっと早めの・・・ 年越しウォーキング	こころの 大掃除	ロボア端 会議

☆急に予定が変更になる場合があります。ご了承ください。 ☆12/29(金)～1/3(水)は年末年始休みです。

☆色付きのプログラムはメンバー固定です。

☆運動プログラムの際は、運動しやすい服装や靴のご持参をお願いします。