



令和5年 若草病院デイケア 12月活動プログラム



日	月	火	水	木	金	土	
31	<p>早いものでいよいよ今年も終わります。皆さんはやり残したことはありませんか？悔いが残らないように、今年最後の月を過ごしましょう(^)/寒い日も続くと思います。体調管理も気を付けて元気に来年を迎えましょうね！今年のデイケアプログラムはどうでしたか？皆さんとより良いプログラムを作っていきたいと思っておりますので、また来年もデイケアをよろしくお願ひします。ではよいお年をお迎えください！😊</p>				1	2	
AM	趣味活	手指の消毒： ご協力ください	検温を 実施しています		陶芸絵画教室 趣味活動 3F：ヨガ	～日頃の疲れを癒す～ ゆったりストレッチ ロコモ体操	
PM	レク				書道 麻雀	映画上映会	
NCD	趣味				卓球	趣味活動	
3	4	5	6	7	8	9	
AM	趣味活	趣味活動 ファミリーコーラス	趣味活動 3F：ヨガ	陶芸絵画教室 趣味活動 健康チェック	陶芸絵画教室 趣味活動	陶芸絵画教室 趣味活動 3F：ヨガ	～日頃の疲れを癒す～ ゆったりストレッチ ロコモ体操
PM	レク	～DCの最新情報をお届け～ DCミーティング	【2023シーズン】 的当てゲーム 	健康チェックウィーク びんびんころり (ロコモ体操)	クリスマス 飾り付け 	～病気と健康について～ Nsのお話し	カラオケ with コロナ対策 感染対策をしながら 楽しみましょう！
NCD	趣味	趣味活動	懐かしのアニメ	趣味活動	趣味活動	謙太郎Drと卓球	趣味活動
10	11	12	13	14	15	16	
AM	趣味活	趣味活動 ファミリーコーラス	趣味活動 3F：ヨガ	陶芸絵画教室 趣味活動 メロディを奏でよう	陶芸絵画教室 趣味活動	陶芸絵画教室 趣味活動 3F：ヨガ	～日頃の疲れを癒す～ ゆったりストレッチ ロコモ体操
PM	レク	将棋 オセロ倶楽部 ショッピング倶楽部	NEW SPORTS 	DCテラスで リラックス 	カラオケ with コロナ対策 感染対策をしながら 楽しみましょう！	～食と栄養について～ 管理栄養士のお話し	映画上映会
NCD	趣味	趣味活動	日本昔話	趣味活動	趣味活動	趣味活動	趣味活動
17	18	19	20	21	22	23	
AM	趣味活	趣味活動 手話で唱歌	趣味活動 3F：ヨガ	陶芸絵画教室 趣味活動 若草トーンチャイム	陶芸絵画教室 趣味活動	陶芸絵画教室 趣味活動 3F：ヨガ	～日頃の疲れを癒す～ ゆったりストレッチ ロコモ体操
PM	レク	カラオケ with コロナ対策 感染対策をしながら 楽しみましょう！	釣り堀ゲーム 	カレンダー作成 	イントロ・連想 曲当てゲーム 	楽器サークル 初心者大歓迎！ 見学のみでもOK！	カラオケ with コロナ対策 感染対策をしながら 楽しみましょう！
NCD	趣味	書道	なぞなぞ	趣味活動	趣味活動	趣味活動	趣味活動
24	25	26	27	28	29	30	
AM	趣味活	クリスマス交流会 第1部（演奏会） 	趣味活動 3F：ヨガ	陶芸絵画教室 趣味活動 メロディを奏でよう	DCクリーン大作戦 年末大掃除編 パート1	DCクリーン大作戦 年末大掃除編 パート2	～日頃の疲れを癒す～ ゆったりストレッチ ロコモ体操
PM	レク	クリスマス交流会 第2部（ビンゴゲーム） 	【2023シーズン】 スーパー 缶転がし ゲーム 	1月の 壁紙アート作成	映画上映会 	デイケア 紅白歌合戦 	歳忘れ 映画上映会
NCD	趣味	趣味活動	カレンダー作成	卓球	趣味活動	趣味活動	趣味活動