

平成29年12月 プログラム予定

青木病院 テイケアほのほの

月		火		水		木		金		土	
								1		2	
								●全体ミーティング ●市民コンサート (ギター演奏) ★スポーツ ★DVD鑑賞 N・フリー		●室内ボーリング ●ぬい絵 ★きれいにしよう N・ダーツで勝負!	
●イントロクイズ ●2G1日レク (カラオケ・買物) ★カラオケ N・カラオケ		●頭の体操(国語) ●ハートショップへ 行こう! ★こころの健康講座 ★創作活動 N・ジェスチャーゲーム		●Dr.と話そう (喫煙と健康) ●3Gミーティング ★ここで一句 N・Wiiで遊ぼう!		●院内スポーツ ●4G1日レク (カラオケ・買物) ★エクササイズ N・室内ゲーム		●おしゃれクラブ ●カレンダー作り ★スポーツ ★しゃべくりテイケア N・フリー		●健康クラブ ●紙芝居 ★恵愛センターバザー N・鬼ダーツ	
●書道 ●2Gミーティング ●カユミーティング ★DVD鑑賞 N・言葉遊び		●ぬい絵 ●1Gミーティング ●よこまちカフェに 行くよ~ ★図書館へ行こう ★カラオケ N・カラオケ		●頭の体操(算数) ●昔の遊びをしよ ★きれいにしよう N・Wiiで遊ぼう!		●院内スポーツ ●カレンダー作り ★エクササイズ N・室内ゲーム		●おしゃれクラブ ●買い物に行こう ★スポーツ ★室内ボーリング N・フリー		●Wiiで遊ぼう! ●かるた ★クリスマスの 飾り付け N・クイズ	
●カユ・きざみレク ●健康クラブ ★しゃべくりテイケア N・クイズ私は誰?		●カレンダー作り ●1G1日レク (足利学校・買物) ★DVD鑑賞 N・カラオケ		●書道 ●3G1日レク (足利美術館・買物) ★ここで一句 N・Wiiで遊ぼう!		●雷電神社清掃 ●図書館へ行こう ●DVD鑑賞 ★エクササイズ N・カラオケ		●おしゃれクラブ ●市民コンサート (オカリナ演奏) ★ダーツで勝負! N・フリー		天皇誕生日 	
ほのほのテイケア 楽しい! 嬉しい! クリスマス会1部 (クイズ・歌・?) クリスマス会2部 (プレゼント交換・ お茶会) N・しゃべくりナイト		●頭の体操(社会) ●ぬい絵 ★きれいにしよう N・ジェスチャーゲーム		●年忘れ みんなで歌おう ★紙芝居を楽しもう N・Wiiで遊ぼう!		●院内スポーツ ●映画上映会 (さくらテイケア) ★DVD鑑賞(歌) N・室内ゲーム		●おしゃれクラブ ●DVD鑑賞 ★鬼ダーツ N・フリー		●年忘れ みんなで大掃除 ★年忘れ カラオケ N・カラオケ	

<12月のイベント> 12月25日(月) クリスマス会 ●:午前のプログラム ★:午後のプログラム N:ナイトのプログラム

12月1日・22日 足利市役所でギターやオカリナ演奏を楽しみます♪♪♪  
 12月5日(火) ハートショップ(市役所)、午後は田沼道の駅でこころの健康講座  
 12月6日(水) Dr.と話そう「喫煙と健康について」禁煙目指して、頑張りましょ  
 12月9日(土) 恵愛センターバザー・掘り出し物みつつけよう!  
 12月12(火) よこまちカフェへランチに行きます。わくわく~

<お知らせ>

12月23日(天皇誕生日)、テイケアはお休みにになります。  
 今年もお世話になりました。また、来年もテイケアで楽しく過ごしましょう!

**12月の目標**

- ① バランスの良い食事をしよう。
- ② うがいをしよう。
- ③ 身体を動かそう。

