

令和7年 1 1 月

大谷地病院 [スポーツ・カルチャーあっぷ] 予定表

	月	火	水	木	金	土	日	
午前	〈お知らせ〉 ●ホワイトボードで募集しているプログラムも多数ありますので各自確認して下さい。 ●裏面の〈デイケアよりお知らせ〉も必ず確認して下さい。 ●11/21(金)のナイトケアはありません。 ●アリーナ使用できない日があります。プログラムを調整していますので確認して下さい。 ●11/29(土)土曜開所予定です。※アリーナは使用できません。詳細はホワイトボードでお知らせします。					1	2	
午後								
午前	文化の日	3 フリースポーツ・ミニバレー 初心者パソコン講座 心理教育	4 外出プログラム①🚌 〈どんぐり本店🍷〉 ネイルケア	5 音楽鑑賞 調理クラブ レザークラフト	6 ミニバレー ウォーキング 心理教育	7	8	9
午後		テニス部 手抜きスイーツ	パソコン講座 やさしいヨガ カラオケ	フリースポーツ・ミニバレー 陶芸・籐細工	エクササイズ 楽しい縫い物 脳トレ ナイトケア			
午前	10 フリースポーツ 創作活動 ネイルケア	11 フリースポーツ・ミニバレー 初心者パソコン講座	12 ミニ行事🍷	13 プレミアムウォーキング 心理教育	14 ミニバレー ウォーキング	15	16	
午後	ミニバレー ウォーキング 革細工	テニス部 カラオケ レザークラフト	パソコン講座 やさしいヨガ クラフトバンド🍷	フリースポーツ・ミニバレー 陶芸・籐細工	エクササイズ 楽しい縫い物 脳トレ ナイトケア			
午前	17 食べて笑って考えて 創作活動	18 音楽鑑賞 心理教育 初心者パソコン講座	19 ウォーキング フリースポーツ 就労準備プログラム ネイルケア	20 映画鑑賞 ペン習字 & 文字トレ レザークラフト	21 ミニバレー ウォーキング	22	23	
午後	ミニバレー ウォーキング 革細工	外出プログラム②🚌 〈北海道鉄道技術館〉 カラオケ	行事🎲	カーリング フラワーアレンジメント 陶芸・籐細工 第1ナイトケア	エクササイズ 楽しい縫い物 脳トレ		勤労感謝の日	
午前	振替休日	24 フリースポーツ・ミニバレー 初心者パソコン講座	25 ミニバレー ウォーキング ネイルケア	26 カラオケ 心理教育	27 ※アリーナ使用不可 シャッフルボード大会🍷	28	29	30
午後		テニス部 映画鑑賞 レザークラフト	パソコン講座 創作活動 イントロクイズ	※アリーナ使用不可 脳トレ カラオケ 陶芸・籐細工	エクササイズ 楽しい縫い物 脳トレ ナイトケア	土曜開所予定		