



# 保土ヶ谷病院デイケア 令和3年1月

## 2021



	月	火	水	木	金	土
					1	2
AM					♡お休み♡	♡お休み♡
PM						
	4	5	6	7	8	9
AM	神社に初詣 新春・ゆず茶作り	リンパマッサージ&ヨガ ハーブ・石けん作り	フルーツゼリー作り 卓球・動画ストレッチ	動画ストレッチ お汁粉ぜんざい作り	映画 卓球	♡お休み♡
PM	映画 ミュージック&ティータイム・手工芸・脳トレ	簡単おせち料理作り&甘酒の会 ジジの・ちぎり絵アート	ウォーキング 買い物散歩 ミュージック&ティータイム・手工芸・脳トレ	リンパマッサージ&ヨガ ジジの・ちぎり絵アート	新聞スクラップ&クイズ ミュージック&ティータイム・手工芸・脳トレ	
	11	12	13	14	15	16
AM	♡お休み♡	寒いけどエスプレッソがけアイス作り 動画ストレッチ	デイケア話合い & 2月調理話合い 色々なフレーバーのポップコーン作り	動画ストレッチ & フライドパスタつくり 俳句 & ポエム同好会	ゆずスカッシュ作り 卓球	♡調理♡ ジューシーな鳥のからあげ 野菜サラダ ふんわりたまごスープ ヨーグルト森のソースがけ
PM		卓球&映画 ミュージック&ティータイム・手工芸・脳トレ	リンパマッサージ & ヨガ、卓球 手工芸・脳トレ	ウォーキング 買い物 ミュージック&ティータイム・手工芸・脳トレ	軽めに動画ストレッチ 手工芸・脳トレ	
	18	19	20	21	22	23
AM	candy・ナッツ作り 手工芸・脳トレ	エクササイズ 新聞スクラップ & 謎解き	珈琲ゼリー作り 卓球・動画ストレッチ	寒いけどエスプレッソがけアイス作り エクササイズ	粒々オレンジゼリー作り・卓球 俳句 & ポエム同好会	♡お休み♡
PM	リンパマッサージ & ヨガ ミュージック&ティータイム・手工芸・脳トレ	ハーブ・石けん作り ペーパークイリング	くるみボタン ヘアゴム作り ミュージック&ティータイム・手工芸・脳トレ	動画ストレッチ ペーパークイリング	茶話会 ミュージック&ティータイム・手工芸・脳トレ	
	25	26	27	28	29	30
AM	動画ストレッチ・和菓子茶巾づくり オイルスープ。〇〇作り	リンパマッサージ & ヨガ ♡ハーブ石けん 梱包	挽きたて珈琲ゼリー作り 卓球・動画ストレッチ	卓球 新聞スクラップ 倶楽部	動画ストレッチ・抹茶の会 俳句 & ポエム同好会	♡調理♡ 牛肉の・さいころステーキ赤ワインソースがけ クリーミーコーンスープ キラキラ春雨サラダ
PM	映画 ミュージック&ティータイム・手工芸・脳トレ	ぎょうざの皮 ピザ工房 ペーパークイリング	映画 ミュージック&ティータイム・手工芸・脳トレ	ウォーキング 買い物 ジジのちぎり絵アート	映画 ミュージック&ティータイム・手工芸・脳トレ	

- ★調理は申込制になっております。事前にデイケアでお申し込みください。よろしくお願致します。
- ★プログラムは変更になることがあります。ご了承ください。
- ★マスク装着・換気・消毒・ソーシャルディスタンスを施行しております。

