



上島ハーモニータウンデイサービスセンター
 浜松市中区上島1-8-53
 TEL 053-476-6582 FAX 053-476-8788
<http://wellnesssupport.jp> ブログ更新中！

*講師の都合によりプログラムが変更になる場合があります。

日	月	火	水	木	金	土
午前 1 余暇 クラブ	2 チャレンジ	3 集団レク	4 書道	5 ミュージック (里の秋)	6 チャレンジ	7 ミュージック (村祭り)
午後 生活 リハ	集団レク	フラワーアレンジ メント	集団レク	はつらつ	健康増進	集団レク
延長	紙玉	癒し	間違い探し	茶話会	カラオケ	カードゲーム
午前 8 余暇 クラブ	9 はつらつ	10 チャレンジ	11 集団レク	12 チャレンジ	13 ミュージック (月の砂漠)	14 書道
午後 生活 リハ	集団レク	集団レク	クッキング	健康増進	カードゲーム (しりとり)	集団レク
延長	アンバランス	リラックス体操	折り紙	癒し	クッキング	川柳
午前 15 余暇 クラブ	16 書道	17 イントロ・ドン	18 ミュージック (紅葉)	19 ビンゴゲーム	20 書道	21 はつらつ
午後 生活 リハ	集団レク	集団レク	はつらつ	集団レク	健康増進	集団レク
延長	カラオケ	癒し	紙玉	水彩画	作って遊ぼう	ハンドマッサージ
午前 22 余暇 クラブ	23 JBカルテット	24 ミュージック (証城寺の狸囃子)	25 チャレンジ	26 書道	27 はつらつ	28 チャレンジ
午後 生活 リハ	集団レク	はつらつ	集団レク	健康増進	集団レク	集団レク
延長	カレンダー作り	作って遊ぼう	折り紙	癒し	紙玉	パターゴルフ
午前 29	30 ミュージック (山寺の和尚さん)	31 書道				
午後	集団レク	集団レク				
延長	紙玉	クッキング				



お知らせ

- ◎薄緑色の付いているプログラムは15:10～16:40までご利用の方のプログラムです。
- ◎デイに出掛ける日に○をつけ、カレンダーとしてお使いください。