

日	月	火	水	木	金	土
<b>2022年</b> <b>12月のプログラム</b> 赤い文字 (♪付) プログラムは事前の申込みが必要です。 * 新型コロナの影響でプログラムが変更になる可能性があります。				1 ①調理プログラム ②散歩orラジオ体操 ①ゲーム(UNOなど) ②とまり木の模様替えをしよう	2 ①調理プログラム ②フ千買い出しツアー ①とまり木ミーティング 13:30~ ②栄養士さんと話そう! 14:30~	3 ①調理プログラム ①ゆっくりDVD ②Stay とまり木
4	5	6	7	8	9	10
 ①調理プログラム ②散歩orラジオ体操 ♪<月曜ショッピング>♪ 道場門前アーケード街を歩こう 13:00出発	①調理プログラム ②買い出しツアー!! <Stay とまり木> みんなでクリスマスツリーを飾ろう	①調理プログラム ②散歩orラジオ体操 ♪<水曜スポーツ>♪ ジムトレーニング 13:30出発	①調理プログラム ②散歩orラジオ体操 ①ゲーム(UNOなど) ②とまり木の模様替えをしよう	①調理プログラム ②フ千買い出しツアー ♪<金曜ドライブ>♪ 小郡図書館 13:00出発	①調理プログラム ②今週の振り返り ①ゆっくりDVD ②Stay とまり木	
11	12	13	14	15	16	17
 ①調理プログラム ②散歩orラジオ体操 <月曜エクササイズ> 椅子に座ってエクササイズ 13:30開始	①調理プログラム ②買い出しツアー!! <Stay とまり木> UNOやswitchでいろんなゲームに挑戦しよう!	①調理プログラム ②散歩orラジオ体操 <水曜スポーツ> OTホールでスポーツ 13:30開始	①調理プログラム ②散歩orラジオ体操 ①ゲーム(UNOなど) ②とまり木の模様替えをしよう	①調理プログラム ②フ千買い出しツアー ♪<金曜ショッピング>♪ ゆめタウン 13:00出発	①調理プログラム ①ゆっくりDVD ②Stay とまり木	
18	19	20	21	22	23	24
 ①調理プログラム ②散歩orラジオ体操 ♪<月曜ショッピング>♪ しまむら/アベイル 13:00出発	①調理プログラム ②買い出しツアー!! ♪<年末大掃除>♪ とまり木食堂 13:30~ <お茶・お菓子をご用意します>	①調理プログラム ②散歩orラジオ体操 ♪<水曜ショッピング>♪ Aフライス 13:00出発	①調理プログラム ②散歩orラジオ体操 ①ゲーム(UNOなど) ②とまり木の模様替えをしよう	①調理プログラム ②散歩orラジオ体操 ♪<金曜イベント>♪ Xmasパーティー 🍪 とまり木食堂にて13:30開始	①調理プログラム ②今週の振り返り ①ゆっくりDVD ②Stay とまり木	
25	26	27	28	29	30	31
 ①調理プログラム ②散歩orラジオ体操 ♪<月曜ショッピング>♪ 新鮮なお野菜やお花、パンを買いに行こう! 大道ステーション 13:00出発	①調理プログラム ②散歩orラジオ体操 <Stay とまり木> UNOやswitchでマリオカートもできるよ!	①調理プログラム ②散歩orラジオ体操 <お正月準備&switchゲーム> みんなで新年を迎える準備をしましょう 13:30開始	お休み	お休み	お休み	

新年は1月4日(水)から開所します。  
 元気な姿を見せてくださいね♡

生活訓練事業所 とまり木

《通所する際の注意事項》

- ①通所する前の検温
- ②マスク着用
- ③本人・同居家族が熱発、もしくは県外に行かれた方・県外の人と接触された方はまずはご相談ください。  
 ※迷う場合は連絡をください。