

ひだまり 2026年 7月のプログラム

月	火	水	木	金	土
あさひクリニック デイケアひだまり TEL 0853-20-1058 直通0853-20-1060 FAX 0853-20-1061		1 ・曜日別プログラム検討 ・血圧測定、体重測定	2 ・曜日別プログラム検討 ・血圧測定、体重測定	3 ・曜日別プログラム検討 ・血圧測定、体重測定 (音楽の風車)	4 ・曜日別プログラム検討
		・ハッゴゲーム ・卓球	・手芸 (トーカイ) ・カラオケ	・革細工 ・カラオケ	・図書館 (出雲中央・多伎) ・カラオケ
6 ・曜日別プログラム検討 ・血圧測定、体重測定 (フットケア) ・当日決める ・ダーツ	7 ・曜日別プログラム検討 ・血圧測定、体重測定 七夕会	8 ・カレンダー作り ・シュートパッカー ・カラオケ ・卓上ゲーム	9 ・ラダーゲッター ・健脚隊 ・イオンモール出雲	10 ・輪投げ ・DVD鑑賞 「実写版 美女と野獣」 ・散髪ツアー ・DVD鑑賞 つづき	11 一日外出松江方面 ディオでショッピング
13 ・デッサン教室 ・ピンポンカップイン ・スカットボール ・当日決める	14 ・パン屋巡り ・カラオケ ・手話サークル ・スカットボール	15 ・スカットボール ・ポッチャ ・島根ワイナリー	16 ・ミツバチの絵 ・ポッチャ ・お花クラブ ・スカットボール	17 ・スカットボール ・ポッチャ ・外食に行ってみよう (希望者のみ) ・音楽を聴く会	18 ・朝市 グッディー医大通り店 ・ダーツ ・音楽を聴く会 ・ポッチャ
20 海の日	21 ・輪投げ ・ダーツ ・ゆめタウン出雲	22 ・スクラッチアート ・DVD鑑賞 「小さき勇者たち〜ガメラ」 ・メイプルストレッチ ・DVD鑑賞 つづき	23 ・ダーツ ・卓上カーリング ・カレンダー作り ・シュートパッカー	24 ・Wiiスポーツ ・世間話 ・しまむら&セリア 大塚店	25 ・ボウリング シュートパッカー 無料フリーマーケット
27 ・かぎ針編み教室 ・カローリング ・ダイソー 天神店	28 ・メイプルストレッチ ・カローリング ・wiiスポーツ ・ドライブ	29 ・ボウリング ・モルック ・コラージュ ・音楽を聴く会	30 ・メイプルストレッチ ・DVD鑑賞「あすなろ白書」 ・輪投げ ・DVD鑑賞 つづき	31 ・卓球 ・ピンポンカップイン ・クリーン作戦 & ティータイム	