

# ひだまり 2026年 9月のプログラム(案)

| 月                                     | 火                                                | 水                                                                       | 木                                     | 金                                                | 土                                                                              |
|---------------------------------------|--------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|--------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
|                                       | <b>1</b><br>・曜日別プログラム検討<br>・血圧測定、体重測定<br>(音楽の風車) | <b>2</b><br>・曜日別プログラム検討<br>・血圧測定、体重測定                                   | <b>3</b><br>・曜日別プログラム検討<br>・血圧測定、体重測定 | <b>4</b><br>・曜日別プログラム検討<br>・血圧測定、体重測定<br>(フットケア) | <b>5</b><br>・朝市 グッディ斐川店<br>・メイプルストレッチ                                          |
|                                       | ・カラオケ<br>・ピンポン落としゲーム                             | ・卓球<br>・ボッチャ                                                            | ・俳句、川柳作り<br>・バドミントン                   | ・星釣りゲーム<br>・卓球                                   | ・曜日別プログラム検討                                                                    |
| <b>7</b><br>・曜日別プログラム検討<br>・血圧測定、体重測定 | <b>8</b><br>・卓球<br>・ボッチャ                         | <b>9</b><br>・パン屋巡り<br>・wiiスポーツ                                          | <b>10</b><br>・養護学校バザー                 | <b>11</b><br>・ミサンガ作り<br>・DVD鑑賞<br>「ベリリユー楽園のゲルニカ」 | <b>12</b><br>・スカットボール<br>・カラオケ                                                 |
| ・音楽を聴く会<br>・ピンポン落としゲーム                | ・散髪ツアー<br>・ダーツ                                   | ・キララ多伎                                                                  | ・シュートバツカー<br>・メイプルストレッチ               | ・カレンダー作り<br>・DVD鑑賞 続き                            | ・斐川よさこい祭り                                                                      |
| <b>14</b><br>・デッサン教室<br>・ピンポンカップイン    | <b>15</b><br>・スカットボール<br>・カローリング                 | <b>16</b><br>・ピンポンカップイン<br>・DVD鑑賞「グランドイリュージョン」<br>・外食に行ってみよう<br>(希望者のみ) | <b>17</b><br>・手芸<br>・スカットボール          | <b>18</b><br>・季節の壁面作り<br>・スカットボール                | <b>19</b><br>きらりん お話し会                                                         |
| ・元気になる茶話会<br>・スカットボール                 | ・イオンモール出雲                                        | ・スカットボール<br>・DVD鑑賞 続き                                                   | ・お花クラブ<br>・音楽を聴く会                     | ・キララ多伎                                           | ・音楽を聴く会<br>・シュートバツカー                                                           |
| <b>21</b><br>敬老の日                     | <b>22</b><br>国民の休日                               | <b>23</b><br>秋分の日                                                       | <b>24</b><br>・卓球<br>・ラダーゲッター          | <b>25</b><br>・wiiスポーツ<br>・メイプルストレッチ              | <b>26</b><br>・ダーツ<br>・卓球                                                       |
|                                       |                                                  |                                                                         | ・カレンダー作り<br>・ピンポン落としゲーム               | ・ラダーゲッター<br>・カラオケ                                | 月見会                                                                            |
| <b>28</b><br>・かぎ針編み教室<br>・輪投げ         | <b>29</b><br>・メイプルストレッチ<br>・ピンポンカップイン            | <b>30</b><br>・ピンポン落としゲーム<br>・カラオケ                                       |                                       |                                                  | あさひクリニック<br>デイケアひだまり<br>TEL 0853-20-1058<br>直通0853-20-1060<br>FAX 0853-20-1061 |
| ・ラピタ本店                                | ・クリーン作戦 & ティータイム                                 | ・音楽を聴く会<br>・メイプルストレッチ                                                   |                                       |                                                  |                                                                                |