

ひだまり 2026年 10月のプログラム(案)

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 ・ダイソー天神店	2 ・曜日別プログラム検討 ・血圧測定、体重測定 ・バッティングセンター ・ボウリング	3 ふたば園 ふれあい祭り ・曜日別プログラム検討
5 ・曜日別プログラム検討 ・血圧測定、体重測定 ・音楽を聴く会 ・ダーツ	6 ・曜日別プログラム検討 ・血圧測定、体重測定 ・音楽を聴く会 ・メイプルストレッチ	7 ・曜日別プログラム検討 ・血圧測定、体重測定 (音楽の風車) ・星釣りゲーム ・卓球	8 ・マグネット作り ・ポッチャ ・散髪ツアー ・カラオケ	9 ・卓上カーリング ・DVD「ブラックショーマン」 ・カレンダー作り ・DVD 続き	10 ・スカットボール ・カラオケ 夢フェスタいずも
12 スポーツの日	13 ・パン屋巡り ・輪投げ ・カラオケ ・ポッチャ	14 ・ポッチャ ・ボウリング ・生鮮食品おだ 出雲店	15 ・メイプルストレッチ ・折り紙作り ・お花クラブ ・音楽を聴く会	16 ・ラダーゲッター ・カラオケ ・しまむら&セリア	17 ・ダーツ ・卓上カーリング くえびこ祭り
19 ・デッサン教室 ・星釣りゲーム ・元気のでる茶話会 ・シュートパッカー	20 ・スカットボール ・カローリング ・イオンモール出雲	21 ・メイプルストレッチ ・DVD「グランドイリュージョンII」 ・スカットボール ・DVD 続き	22 ・スクラッチアート ・スカットボール ・外食に行ってみよう (希望者のみ) ・健脚隊 ・ダーツ	23 ・スカットボール ・wiiスポーツ ハロウィンパーティー	24 ・マックスバリュー 朝市 ・ポッチャ ・ラダーゲッター ・ハッゴゲーム
26 ・かぎ針編み教室 ・ポッチャ ・ゆめタウン出雲	27 ・ラダーゲッター ・DVD鑑賞「鬼平犯科帳」 ・カレンダー作り ・DVD鑑賞 続き	28 ・卓上カーリング ・モルック ・カラオケ ・シュートパッカー	29 ・手芸 ・グランドゴルフ ・上塩谷スポーツセンター バトミントン ・当日決める	30 ・コラージュ ・ピンポン落としゲーム ・クリーン作戦 & ティータイム	31 ・一日外出 道の駅 たかの