

日	月	火	水	木	金	土
9:30 ウォーキング 10:00 朝の会 10:30 午前プログラム 11:30 昼食、昼休み 12:30 軽スポーツ 13:00 DC回診 13:30 午後プログラム 15:00 掃除、終りの会	<p>※原則ダイケア参加時は保険証をお持ち下さい。</p>			1 •女性アロマ★ •個人面談	2 •バドミントン •マンガの館委員会	3 •よさこい★ •プラモビルダーズ
4	5	6	7	8	9	10
10:30 13:30	•SST(会話のきっかけ) •インディアカ •阿知須バレー 13:00~ •Dステ •みちくさ	グループ活動 (小ミーティング) ワカサギ釣り12:30~ •アートな時間 ※みちくさ休み	•ストレスケア •グランドゴルフ •南部テニス(合) 13'~ •お茶会(ココア) •自主活動	•TRFダンササイズ •個人面談 •だべり庵 •わくわくバスツアー •自主活動	•ショートテニス •DC探検隊(CAP) •県立美術館ツアー 13'~ •デンマークデザイン展 •どろんこ工房★	•よさこい★ •アミサー •ホールで卓球 •CD鑑賞会 •みちくさ
11	12	13	14	15	16	17
→ → → ☆バースデー週間☆ 3月誕生日の方に ささやかなプレゼント!  そして 軽スポシャッフル週間!	•SST(会話のきっかけ) •インディアカ •阿知須バレー 13:00~ •カラオケ •みちくさ	•みんなで話そう★ (服薬指導) グループ活動 (大ミーティング) •みちくさ	しゃべろーDAY みんなでDCを考えよう ホワイトデーSP 山本と作ろう •マンガ音読	<静かなダイケア> リクエストシアター 特攻野郎Aチーム •AM 男性アロマ★ •PM だべり庵 •わくわくバスツアー	•バドミントン •DC探検隊(就労) •阿知須バレー 13:00~ •生花★ •自主活動	健康体操 肩腰痛に脳トレ! •DC韓流講座★ •バレーボール •みちくさ
18	19	20	21	22	23	24
10:30 13:30	•どろんこ工房★ •プログラム作成 •復活!ソフトボール(合) •Pステ★ •自主活動 ※みちくさ休み	•みんなで話そう★ (栄養指導) •阿知須バド 13:00~ •ちょこっとパソスマ •みちくさ	春分の日	DNC院外 10:30~ 萩笠山 & センザキッチン (要申込) ☆居残りカラオケ ※だべり庵休み	•ショートテニス •みちくさ買出し 喫茶ミーティング 13:00~ •筋トレ部 •プラモビルダーズ •生花★	•ワンパラ★ •マンガ音読 •バレーボール(合) •CD鑑賞会 ※みちくさ休み 16:00~家族懇親会
25	26	27	28	29	30	31
10:30 13:30	•SST(会話のきっかけ) •サブカル楽座 •復活!ソフトボール(合) •カラオケ •みちくさ	•みんなで話そう★ (わかるニュース) 将棋トーナメント初日 •アートな時間 •みちくさ	グリーン作戦SP ボランティア清掃 •南部テニス 13'~ •お茶会(フレイバーティー) •自主活動	•TRFダンササイズ •自主学習 グループ活動 (活動実施) ※だべり庵休み	•お手軽クッキング (春野菜パスタ) •ゲートボール ショッピングツアー 12:30~ フジグラン宇部 •自主活動	•ドッチビー •コミュニケーション研究会 •バレーボール •ガーデニング •みちくさサービスデー

# 3月のデイナイトプログラム

※日中プログラムはデイケアプログラムを参照ください。



	<b>3/1 (木)</b>				
16:30	デイナイトクッキング	<b>3/8 (木)</b>			
19:00	キムチ鍋	将棋麻雀トランプ	<b>3/15 (木)</b>		
	<b>3/6 (火)</b>	団らんタイム	夜な夜なカラオケ	<b>3/22 (木)</b>	
16:30	みんなでWiiU	<b>3/13 (火)</b>	団らんタイム	DNC院外 萩笠山&センザキッチン 10:30~	
19:00	団らんタイム	リクエスト企画 15:30~	<b>3/20 (火)</b>		
	<b>3/29 (木)</b>	ボウリング	みんなでWiiU	<b>3/27 (火)</b>	
	将棋麻雀トランプ		団らんタイム	山口グルメロード CoCo壱番屋	
	団らんタイム				



インフルエンザ予防に手洗いを  
強化しましょう。  
皆でおいしいものを食べて  
免疫力を高めましょう。