

# 12月

## ひまわり デイケア新聞

2023年

<発行元>大宮すずのきクリニック デイケアひまわり  
 さいたま市北区東大成町2-251 ☎090-5803-9793 (9:00~17:00)

	月	火	水	木	金	土	
					1	2	
A M					ヨガリズム 10:15~11:15	エアロビ 10:15~11:15	
P M					書道 13:00~14:45	フチ院外イベント お絵かッキオ (埼玉近代美術館)	
	4	5	6	7	8	9	
A M	カラオケ 10:15~	音楽サークル 10:30~11:30	リズムエクササイズ 10:15~11:15	みんなで アート 10:30~ 11:30	ひまわり農園 10:15~	ヨガリズム 10:15~11:15	エアロビ 10:15~11:15
P M	フィットネス 13:00~14:00	みんなでアート 13:00~13:45	フラワー 13:30~14:45	スポーツ ウォーキング (三橋公園) 13:30~15:00	ペン字 13:00~ 14:45	茶道 13:15~ 15:00	アートイベント (小物入れ) 13:00~15:00
	11	12	13	14	15	16	
A M	アロマセラピー 10:30~11:30	音楽サークル 10:30~11:30	リズムエクササイズ 10:15~11:15	みんなで アート 10:30~ 11:30	ひまわり農園 10:15~	ヨガリズム 10:15~11:15	ちぎり絵 10:15~11:30
P M	フィットネス 13:00~14:00	SST 13:30~ 15:00	OTクラフト (ポーリング アート) 13:30~	フラワー 13:30~14:45	スポーツ ウォーキング (大宮第三) 13:30~15:00	書道 13:00~14:45	ボクササイズ 13:30~14:30
	18	19	20	21	22	23	
A M	ひまわりクッキング (みそ汁作り) 10:15~	音楽サークル 10:30~11:30	リズムエクササイズ 10:15~11:15	農園クラフト (正月飾り) 10:15~	ヨガリズム 10:15~11:15	エアロビ 10:15~11:15	
P M	フィットネス 13:00~13:45	SST 13:30~ 15:00	ちぎり絵 13:15~ 15:00	フラワー 13:30~14:45	心体表現 (コンテンポラリーダンス) 13:30~14:30	ペン字イベント 年賀状作り 13:00~15:00	誕生日会 13:00~15:00
	25	26	27	28	29	30	
A M	フィットネス 10:15~11:15	音楽サークル 10:30~11:30	リズムエクササイズ 10:15~11:15	OTクラフト (毛糸で鏡餅作り) 10:15~11:30	ヨガリズム 10:15~11:15	エアロビ 10:15~11:15	
P M	クリスマス会 13:30~15:00	SST 13:30~ 15:00	折り紙 13:30~ 15:00	フラワー 13:30~14:45	大掃除	歳忘れ カラオケ大会	年末休み デイケアは1/4(木) から開所します

ホームページやブログでも情報発信中！ぜひご覧ください！

クリニック  
ホームページ



デイケアひまわり  
ブログ



お絵かッキオ  
Webページ



# 12月 ひまわり イベント情報

デイケアは感染症対策をしながら開所しております！  
参加される皆様も感染症対策にご協力の上、デイケア来所・プログラム参加をお願いします。  
イベントごとに予約の有無・締切日が異なります。  
参加される方はデイケア内のお知らせをよくご確認の上、ご参加をお願い致します。  
また、予約後にやむを得ずキャンセルされる場合は早めのご連絡をお願い致します。



12/2(土)  
お絵かッキオ  
フ子院外イベント  
(近代美術館)



12/9(土)  
アートイベント  
(小物入れ)



12/12(火)  
OTクラフト  
(ポーリングアート)

12/18(月)  
ひまわりクッキング  
(みそ汁作り)

12/21(木)  
園芸クラフト  
(正月飾り)



12/22(金)  
ペン字イベント  
(年賀状作り)



12/23(土)  
誕生日会



12/25(月)  
クリスマス会



12/28(木)  
OTクラフト  
(毛糸で鏡餅)  
特別弁当  
(天丼ぶっかけ蕎麦)  
大掃除



12/29(金)  
歳忘れ  
カラオケ大会



詳しくはフロアに掲示してあるポスターをご覧ください