さくら通りクリニック　デイケア　2026年　11月　月間プログラム表

日	月	火　文化の日	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
休み	全体ミーティング	クッキングプログラム ～天ぷらうどん～	ウォーキング	合同ロコモ体操	さくらんぼの会 ～紅葉(もみじ谷)～	プラ板 レジン
	朗読会	カラオケ	プチ買い物レク ～ヤオコー大橋店～	さくらコーラス	クイズ大会	頭の体操（国）
日	月	火	水	木	金	土
8	9	10	11	12	13	14
休み	プチ買い物レク ～ヨークベニマル～	書道クラブ	室内ゲーム交流inほのぼの 断酒自助グループ	創作活動 ～カレンダー作り～	園芸クラブ	アイロンビーズ
	SDGsプロジェクト	卓球	なぞなぞ大会	おしゃれクラブ	俳句を作ろう	恵先生の身体講座
日	月	火	水	木	金	土
15	16	17	18	19	20	21
休み	さくら芋煮会	合同ボッチャ！	プラ板 レジン	一日外出レク ～こころの絵画書道展～ ナンプレ	ロコモ体操	さくらエクササイズ
	朗読会	さくらスポーツ ～五十部運動公園～	頭の体操（英）	さくらんぼの会	カラオケ	クイズ大会
日	月	火	水	木	金	土
22	23	24	25	26	27	28
休み	勤労感謝の日	プチ買い物レク ～アシコタウン～	健康クラブ ラダーゲッター	デザートクッキング 断酒自助グループ	クリニッククリーン作戦 ほっともっと	健康クラブ ボッチャ！
		ECM（心理プログラム）	プチ外出レク ～紅葉を観に行こう～	俳句を作ろう	映画観賞会	恵先生の身体講座 (合同)
日	月					
29	30					
休み	アイロンビーズ	11月	🍁11月になりました！秋を楽しむ季節ですね♪皆さんはどんな秋にしたいですか？🍁 ３日：祝日開催します！クッキングで皆でうどんを作りましょう♪ １２日：創作活動で来年のカレンダー作りを行います。早いですね～♪ １９日：こころの絵画書道展を観に行こう！宇都宮へ外出です！ ２５日：紅葉を観に外出します(半日)！　※11/23(月)祝日の為休み　毎月25日プログラム表配布			
	健康教室 ～認知症予防～　誕生日会					