

# Stairways 2022年9月 プログラム表

MON	TUE	WED	THU	FRI
一日の流れ 9:30 開所 9:45 朝の会 10:00 プログラム開始 12:00 プログラム終了 12:00 昼食 13:30 プログラム開始 14:50 プログラム終了 NEW 帰りの会 15:00 閉所	昼と夜の寒暖差が激しくなる季節です！上着でうまく調節しましょう！ 秋はおいしいものが多い季節♡体の内側からも健康を取り込みましょうね☆		1 気軽に脳トレ のんびりタイム O まったりYouTube のんびりタイム I	2 アイロンピース(合同) のんびりタイム N ヴィーナスラウンジ(合同) ※女性限定 のんびりタイム K ※男性はステア以外の部屋
5 ステア de MOVIE 選考会 のんびりタイム I S 楽器で遊ぼう のんびりタイム O Hn	6 折り紙をしよう のんびりタイム I Hn DJステア(合同) のんびりタイム K S	7 ステ通を作ろう のんびりタイム O コーヒー&紅茶でまったりしよう のんびりタイム Hn	8 小物づくり(10月の飾りなど) のんびりタイム M アイロンピース(合同) のんびりタイム Yg	9 ぬり絵や切り絵をしよう のんびりタイム I 大通公園を歩こう のんびりタイム N 12:45~ 映画選考委員会
12 DJステア のんびりタイム Yg ステア de MOVIE のんびりタイム S	13 コーヒー&紅茶でまったりしよう のんびりタイム I ピアノをちょっと弾いてみよう のんびりタイム K	14 ステア de MOVIE のんびりタイム H 大通公園を歩こう のんびりタイム Y	15 まったりYouTube のんびりタイム Hn スクラッチアート のんびりタイム M	16 ステ通を作ろう のんびりタイム O 折り紙をしよう のんびりタイム N
9月19日 敬老の日	20 気軽に脳トレ のんびりタイム O まったりYouTube のんびりタイム S	21 ステ通を作ろう のんびりタイム Y マイブームや趣味を語ろう(持参品もOK!) のんびりタイム Hn	22 似顔絵を描いてみよう のんびりタイム H ピアノをちょっと弾いてみよう のんびりタイム K	9月23日 秋分の日
26 ぬり絵や切り絵をしよう のんびりタイム K 大通公園を歩こう のんびりタイム S	27 まったりYouTube のんびりタイム Y 小物づくり(10月の飾りなど) のんびりタイム M ナイトケアありません	28 ステア イケイケ生活クラブ のんびりタイム O スクラッチアート(合同) のんびりタイム H	29 ステア de MOVIE のんびりタイム Hn DJステア(合同) のんびりタイム H	30 折り紙をしよう のんびりタイム I コーヒー&紅茶でまったりしよう のんびりタイム N

「のんびりタイム」は、何もせずゆったりしても構いません。また、読書や小物づくり、パソコン、勉強、何か持参したものを取り組むなど、自分でできるものなどを行うことができます。各自で取り組んでください。また、会話やゲームなどをして構いませんが、周りの人やプログラムへの配慮をお願いします。「気軽に脳トレ」は、クロスワードなどのパズル、点つなぎ、間違いさがし、漢字ドリルなど、やりたいものに取り組みます！随時新しいものを追加していきますので、ぜひ参加してください

