

デイケア

2025年1月 月間予定表

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
	<p>明けましておめでとうございます。今年もよろしくお願いいいたします。 状況によってプログラムの変更がありますので、ご了承ください。 ロング散歩で初詣に行く予定です。奮ってご参加ください。</p>					
5	6	7	8	9	10	11
	<p>音楽鑑賞 ▲ロング散歩(ビリー体操) ゲートボール * 防災の話 ■ デイケア係 ペタンク 笑っちゃおう! ▲環境整備(ヨガ)</p>	<p>▲園芸 ▲ピラティス入門 ゲートボール リサイクルアート ▲環境整備(ビリー体操) カラオケ パソコン教室(word) ペタンク</p>	<p>▲環境整備(初心者ダンス) ペタンク 塗り絵・写経教室(生け花) * 生活の話 ゲートボール ■ デイケア係 音楽鑑賞 ▲ロング散歩(ヨガ入門)</p>	<p>* 講義 ▲軽スポーツ(お楽しみ会) ◆セルフでエステ らくがきクラブ ●ものづくり * ◎就労準備プログラム 音楽鑑賞 モルック(ペルット)</p>	<p>▲環境整備(太極拳) 音楽セッション ペタンク ■新聞スクラップ リズム音楽 ▲ロング散歩(エアロビクス) study! ゲートボール</p>	
12	13	14	15	16	17	18
	成人の日					
19	20	21	22	23	24	25
	<p>音楽鑑賞 ▲ロング散歩(ビリー体操) ゲートボール * 防災の話 ■ デイケア係 ペタンク 笑っちゃおう! ▲環境整備(ヨガ)</p>	<p>▲園芸 ▲ピラティス入門 ゲートボール リサイクルアート ▲環境整備(ビリー体操) カラオケ パソコン教室(word) ペタンク</p>	<p>▲環境整備(初心者ダンス) ペタンク 塗り絵・写経教室(生け花) * 生活の話 ゲートボール ■ デイケア係 音楽鑑賞 ▲ロング散歩(ヨガ入門)</p>	<p>* 講義 ▲軽スポーツ(お楽しみ会) ◆セルフでエステ らくがきクラブ ●ものづくり * ◎就労準備プログラム 音楽鑑賞 モルック(ペルット)</p>	<p>▲環境整備(太極拳) 音楽セッション ペタンク ■新聞スクラップ リズム音楽 ▲ロング散歩(エアロビクス) study! ゲートボール</p>	
26	27	28	29	30	31	
	<p>音楽セッション ▲ロング散歩(ビリー体操) ゲートボール * 防災の話 ■ デイケア係 ペタンク 笑っちゃおう! ▲環境整備(ヨガ)</p>	<p>▲園芸 ▲ピラティス入門 ゲートボール リサイクルアート ▲環境整備(ビリー体操) カラオケ パソコン教室(word) ペタンク</p>	<p>▲環境整備(初心者ダンス) ペタンク 塗り絵・写経教室(生け花) * 生活の話 ゲートボール ■ デイケア係 音楽鑑賞 ▲ロング散歩(ヨガ入門)</p>	<p>* 講義 ▲軽スポーツ(お楽しみ会) ◆セルフでエステ らくがきクラブ ●ものづくり * ◎就労準備プログラム 音楽鑑賞 モルック(ペルット)</p>	<p>▲環境整備(太極拳) 音楽セッション ペタンク ■新聞スクラップ リズム音楽 ▲ロング散歩(エアロビクス) study! ゲートボール</p>	

1日のスケジュール	
08:55~	開場
09:05~	ミーティング
09:10~	ラジオ体操
09:25~	ストレッチ
09:30~	体幹体操
09:45~	散歩/しもやぎ体操
10:00~	午前プログラム
11:00~	散歩/動画の時間
11:40~	昼食
12:10~	昼休み
	防災グッズを作ろう
12:45~	しもやぎ体操
13:00~	午後プログラム
14:15~	散歩
14:30~	点呼
14:35~	ラジオ体操
14:45~	ミーティング

★:該当者のみ ◎:就労を目指している方 ●:デイケアに通所されたばかりの方に特におすすめです。◆:少人数のグループです(8名まで) *:講義
▲のついているプログラムは動きやすい恰好、汚れてもよい恰好で参加してくださいね。■はお話をしながら行っています。
●プログラムやルールの変更がある場合があります。随時連絡しますので、ミーティングで確認をお願いします。
() 内のプログラムは雨天時に実施予定です。
プログラムは3名以下の場合には実施しないことがあります。