

# デイケア

# 2025年2月 月間予定表

日	月	火	水	木	金	土
						1
<p>寒い日が続いているので、アロマを使ったプログラムを予定しています。 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。</p>						
2	3	4	5	6	7	8
	<ul style="list-style-type: none"> <li>音楽鑑賞</li> <li>▲ロング散歩(ビリー体操)</li> <li>ゲートボール</li> <li>* 防災の話</li> <li>■デイケア係</li> <li>ペタンク</li> <li>笑っちゃおう!</li> <li>▲環境整備(ヨガ)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▲園芸</li> <li>▲ピラティス入門</li> <li>ゲートボール</li> <li>リサイクルアート</li> <li>▲環境整備(ビリー体操)</li> <li>カラオケ</li> <li>パソコン教室(word)</li> <li>ペタンク</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▲環境整備(初心者ダンス)</li> <li>ペタンク</li> <li>塗り絵・写経教室</li> <li>* 生活の話</li> <li>ゲートボール</li> <li>■デイケア係</li> <li>音楽鑑賞</li> <li>▲ロング散歩(ヨガ入門)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 講義</li> <li>▲軽スポーツ(お楽しみ会)</li> <li>◆セルフでつぼ</li> <li>らくがきクラブ</li> <li>●ものづくり</li> <li>* ◎就労準備プログラム</li> <li>音楽鑑賞</li> <li>モルック(ペルット)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▲環境整備(太極拳)</li> <li>音楽セッション</li> <li>ペタンク</li> <li>■新聞スクラップ</li> <li>リズム音楽</li> <li>▲ロング散歩(エアロビクス)</li> <li>study!</li> <li>ゲートボール</li> </ul>	
9	10	11	12	13	14	15
	<ul style="list-style-type: none"> <li>音楽セッション</li> <li>▲ロング散歩(ビリー体操)</li> <li>ゲートボール</li> <li>* 防災の話</li> <li>■デイケア係</li> <li>ペタンク</li> <li>笑っちゃおう!</li> <li>▲環境整備(ヨガ)</li> </ul>	<h2>建国記念の日</h2>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▲環境整備(初心者ダンス)</li> <li>ペタンク</li> <li>塗り絵・写経教室</li> <li>* 生活の話</li> <li>ゲートボール</li> <li>■デイケア係</li> <li>音楽鑑賞</li> <li>▲ロング散歩(ヨガ入門)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 講義</li> <li>▲軽スポーツ(お楽しみ会)</li> <li>◆セルフでつぼ</li> <li>らくがきクラブ</li> <li>●ものづくり</li> <li>* ◎就労準備プログラム</li> <li>音楽鑑賞</li> <li>モルック(ペルット)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▲環境整備(太極拳)</li> <li>音楽セッション</li> <li>ペタンク</li> <li>■新聞スクラップ</li> <li>リズム音楽</li> <li>▲ロング散歩(エアロビクス)</li> <li>study!</li> <li>ゲートボール</li> </ul>	
16	17	18	19	20	21	22
	<ul style="list-style-type: none"> <li>音楽鑑賞</li> <li>▲ロング散歩(ビリー体操)</li> <li>ゲートボール</li> <li>* 防災の話</li> <li>■デイケア係</li> <li>ペタンク</li> <li>笑っちゃおう!</li> <li>▲環境整備(ヨガ)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▲園芸</li> <li>▲ピラティス入門</li> <li>ゲートボール</li> <li>リサイクルアート</li> <li>▲環境整備(ビリー体操)</li> <li>カラオケ</li> <li>パソコン教室(word)</li> <li>ペタンク</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▲環境整備(初心者ダンス)</li> <li>ペタンク</li> <li>塗り絵・写経教室</li> <li>* 生活の話</li> <li>ゲートボール</li> <li>■デイケア係</li> <li>音楽鑑賞</li> <li>▲ロング散歩(ヨガ入門)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 講義</li> <li>▲軽スポーツ(お楽しみ会)</li> <li>◆セルフでつぼ</li> <li>らくがきクラブ</li> <li>●ものづくり</li> <li>* ◎就労準備プログラム</li> <li>音楽鑑賞</li> <li>モルック(ペルット)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▲環境整備(太極拳)</li> <li>音楽セッション</li> <li>ペタンク</li> <li>■新聞スクラップ</li> <li>リズム音楽</li> <li>▲ロング散歩(エアロビクス)</li> <li>study!</li> <li>ゲートボール</li> </ul>	
23	24	25	26	27	28	
<h2>天皇誕生日</h2>	<h2>振替休日</h2>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▲園芸</li> <li>▲ピラティス入門</li> <li>ゲートボール</li> <li>リサイクルアート</li> <li>▲環境整備(ビリー体操)</li> <li>カラオケ</li> <li>パソコン教室(word)</li> <li>ペタンク</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▲環境整備(初心者ダンス)</li> <li>ペタンク</li> <li>塗り絵・写経教室</li> <li>* 生活の話</li> <li>ゲートボール</li> <li>■デイケア係</li> <li>音楽鑑賞</li> <li>▲ロング散歩(ヨガ入門)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 講義</li> <li>▲軽スポーツ(お楽しみ会)</li> <li>◆セルフでつぼ</li> <li>らくがきクラブ</li> <li>●ものづくり</li> <li>* ◎就労準備プログラム</li> <li>音楽鑑賞</li> <li>モルック(ペルット)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▲環境整備(太極拳)</li> <li>音楽セッション</li> <li>ペタンク</li> <li>■新聞スクラップ</li> <li>リズム音楽</li> <li>▲ロング散歩(エアロビクス)</li> <li>study!</li> <li>ゲートボール</li> </ul>	

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。