

デイケア

2025年12月 月間予定表

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	◆音楽鑑賞 ▲ロング散歩(体を動かそう) ゲートボール *防災の話 ■今日のミッション モルック(ペルット) パソコン教室 ▲環境整備(体を動かそう)	▲園芸 ▲動画で運動 ペタンク *心と体について	▲環境整備(体を動かそう) ペタンク 塗り絵・写経教室 *心と体について	みんなで話そう ▲軽スポーツ 音楽鑑賞 らくがきクラブ ●ものづくり *◎就労準備プログラム 映画鑑賞 モルック(ペルット)	▲環境整備(体を動かそう) 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(体を動かそう) *講義 ゲートボール	
7	音楽セッション ▲ロング散歩(体を動かそう) ゲートボール *防災の話 ■今日のミッション モルック(ペルット) パソコン教室 ▲環境整備(体を動かそう)	▲園芸 ▲動画で運動 ペタンク *心と体について	▲環境整備(体を動かそう) ペタンク 塗り絵・写経教室 *心と体について	みんなで話そう ▲軽スポーツ 音楽鑑賞 らくがきクラブ ●ものづくり *◎就労準備プログラム 映画鑑賞 モルック(ペルット)	▲環境整備(体を動かそう) 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(体を動かそう) *講義 ゲートボール	13
14	◆音楽鑑賞 ▲ロング散歩(体を動かそう) ゲートボール *防災の話 ■今日のミッション モルック(ペルット) パソコン教室 ▲環境整備(体を動かそう)	▲園芸 ▲動画で運動 ペタンク *心と体について	▲環境整備(体を動かそう) ペタンク 塗り絵・写経教室 *心と体について	みんなで話そう ▲軽スポーツ 音楽鑑賞 らくがきクラブ ●ものづくり *◎就労準備プログラム 映画鑑賞 モルック(ペルット)	▲環境整備(体を動かそう) 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(体を動かそう) *講義 ゲートボール	20
21	音楽セッション ▲ロング散歩(体を動かそう) ゲートボール *防災の話 ■今日のミッション モルック(ペルット) パソコン教室 ▲環境整備(体を動かそう)	▲園芸 ▲動画で運動 ペタンク *心と体について	▲環境整備(体を動かそう) ペタンク 塗り絵・写経教室 *心と体について	みんなで話そう ▲軽スポーツ 映画鑑賞 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)	▲環境整備(体を動かそう) 音楽セッション ペタンク ■新聞スクラップ おたのしみ♥	27
28	29	30	31			

12月26日は「おたのしみ♥」というプログラムを実施します。
 内容は、音楽セッションの発表会とひみつです。奮ってご参加ください。
 12月27日から1月4日までは年末年始でお休みとなります。よいお年をお迎えください。

★: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名以下の場合は実施しないことがあります。

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
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