

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) 塗り絵・写経教室 カラオケ ゲートボール	▲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 ゲートボール ■今日のミッション 音楽鑑賞 ▲ロング散歩(体を動かそう)	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	8	9	10	11	12	13
	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) 塗り絵・写経教室 カラオケ ゲートボール	▲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 ゲートボール * 生活の話 音楽鑑賞 ▲ロング散歩(体を動かそう)	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	
14	15	16	17	18	19	20
	◆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) 塗り絵・写経教室 カラオケ ゲートボール	▲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 ゲートボール ■今日のミッション 音楽鑑賞 ▲ロング散歩(体を動かそう)	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	
21	22	23	24	25	26	27
	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) 塗り絵・写経教室 カラオケ ゲートボール	▲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 ゲートボール * 生活の話 音楽鑑賞 ▲ロング散歩(体を動かそう)	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♥	
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。						

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

★: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。