

デイケア

2026年2月 月間予定表

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|---|---|---|--|--|----|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| | ◆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 豆まきイベント | ▲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 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 リズム音楽 ▲ロング散歩(体を動かそう) * 講義 ゲートボール | |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| | 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 | 建国記念の日 | 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 リズム音楽 ▲ロング散歩(体を動かそう) バーチャル散歩 ゲートボール | |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| | ◆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 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 リズム音楽 ▲ロング散歩(体を動かそう) * 講義 ゲートボール | |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| | 天皇誕生日 | ▲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 リズム音楽 ▲バドミントン おたのしみ♥ ゲートボール | |
| | <p>「バーチャル散歩」と「バドミントン」のプログラムが始まります。 2月3日(火)は「豆まきイベント」、2月12日(木)は「防災訓練」を実施します。</p> | | | | | |

★: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 |