

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	
	「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。					

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。