

デイケア

2026年10月 月間予定表

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
				みんなで話そう ▲軽スポーツ 映画鑑賞 ■机上作業 ●ものづくり * ◎就労準備プログラム 音楽鑑賞	▲環境整備(体を動かそう) リズム音楽 みんなで話そう ■新聞スクラップ 音楽セッション ▲ロング散歩(体を動かそう) * 講義 ゲートボール	
4	5	6	7	8	9	10
	◆音楽鑑賞 ▲ロング散歩(体を動かそう) ゲートボール ■今日のミッション * 防災の話 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) ■机上作業 カラオケ ゲートボール	▲環境整備(体を動かそう) ゲートボール ■机上作業 ■今日のミッション ペタンク ●なんでも工房 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 ■机上作業 ●ものづくり * ◎就労準備プログラム 音楽鑑賞	▲環境整備(体を動かそう) リズム音楽 みんなで話そう ■新聞スクラップ 音楽セッション ▲ロング散歩(体を動かそう) バーチャル散歩 ゲートボール	
11	12	13	14	15	16	17
	スポーツの日	▲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) ■机上作業 カラオケ ゲートボール	▲環境整備(体を動かそう) ゲートボール ■机上作業 ■今日のミッション ペタンク ●なんでも工房 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 ■机上作業 ●ものづくり * ◎就労準備プログラム 音楽鑑賞	▲環境整備(体を動かそう) リズム音楽 みんなで話そう ■新聞スクラップ 音楽セッション ▲ロング散歩(体を動かそう) * 講義 ゲートボール	
18	19	20	21	22	23	24
	◆音楽鑑賞 ▲ロング散歩(体を動かそう) ゲートボール ■今日のミッション * 防災の話 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) ■机上作業 カラオケ ゲートボール	▲環境整備(体を動かそう) ゲートボール ■机上作業 ■今日のミッション ペタンク ●なんでも工房 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 ■机上作業 ●ものづくり * ◎就労準備プログラム 音楽鑑賞	▲環境整備(体を動かそう) リズム音楽 みんなで話そう ■新聞スクラップ 音楽セッション ▲バドミントン * 講義 ゲートボール	
25	26	27	28	29	30	31
	◆音楽鑑賞 ▲ロング散歩(体を動かそう) ゲートボール ■今日のミッション * 防災の話 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) ■机上作業 カラオケ ゲートボール	▲環境整備(体を動かそう) ゲートボール ■机上作業 ■今日のミッション ペタンク ●なんでも工房 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 ■机上作業 ●ものづくり * ◎就労準備プログラム 音楽鑑賞	机上作業 救命講習 音楽セッション ▲ロング散歩(体を動かそう) おたのしみ♥ ゲートボール	

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/棒体操
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。