

デイケア 活動予定表 (令和3年7月)

月	火	水	木	金
---	---	---	---	---

※JR高松駅より無料の送迎バスが(月)～(金)に運行しています。都合により、運休する場合がありますのでご了承ください。

<行き> 高松駅 8:20 9:10 → デイケア
 <帰り> デイケア 15:00 → 高松駅 (月～金)
 デイケア 13:30 → 高松駅 (火曜、木曜)



1		2	
朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30		朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	
作業療法 10:00	茶道 10:00	作業療法 10:00	勉強会 10:00
昼食 12:00～13:00		昼食 12:00～13:00	
SST 13:00	囲碁・将棋 13:00	ソフトバレー 13:00	ポッチャ 13:00
帰りのつどい 14:45		帰りのつどい 14:45	
5		6	
朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30		朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	
作業療法 10:00	軽スポーツ 10:00	作業療法 10:00	書道 10:00
昼食 12:00～13:00		昼食 12:00～13:00	
墨絵 13:00	音楽鑑賞 13:00	ソフトバレー 13:00	ポッチャ 13:00
帰りのつどい 14:45		帰りのつどい 14:45	
7		8	
朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30		朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	
料理 10:00	カラオケ 10:00	作業療法 10:00	茶道 10:00
昼食 12:00～13:00		昼食 12:00～13:00	
七夕 俳句の会 13:00		ヨガ 13:00	麻雀 13:00
帰りのつどい 14:45		帰りのつどい 14:45	
9		10	
朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30		朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	
作業療法 10:00	勉強会 10:00	作業療法 10:00	勉強会 10:00
昼食 12:00～13:00		昼食 12:00～13:00	
健康チェック (エクササイズ評価) 13:00～13:45	ダイエットクラブ 13:45～14:30	帰りのつどい 14:45	
帰りのつどい 14:45		帰りのつどい 14:45	
11		12	
朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30		朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	
作業療法 10:00	軽スポーツ 10:00	作業療法 10:00	軽スポーツ 10:00
昼食 12:00～13:00		昼食 12:00～13:00	
盆踊りの練習 13:00		帰りのつどい 14:45	
帰りのつどい 14:45		帰りのつどい 14:45	
13		14	
朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30		朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	
作業療法 10:00	書道 10:00	料理 10:00	カラオケ 10:00
昼食 12:00～13:00		昼食 12:00～13:00	
ソフトバレー (講師) 13:00	ポッチャ 13:00	話し合い 13:00	
帰りのつどい 14:45		帰りのつどい 14:45	
15		16	
朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30		朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	
作業療法 10:00	茶道 10:00	作業療法 10:00	勉強会 10:00
昼食 12:00～13:00		昼食 12:00～13:00	
SST 13:00	囲碁・将棋 13:00	ソフトバレー 13:00	ポッチャ 13:00
帰りのつどい 14:45		帰りのつどい 14:45	
17		18	
朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30		朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	
作業療法 10:00		作業療法 10:00	
昼食 12:00～13:00		昼食 12:00～13:00	
盆踊りの練習 13:00		帰りのつどい 14:45	
帰りのつどい 14:45		帰りのつどい 14:45	
19		20	
朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30		朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	
作業療法 10:00	軽スポーツ 10:00	作業療法 10:00	書道 10:00
昼食 12:00～13:00		昼食 12:00～13:00	
墨絵 13:00	音楽鑑賞 13:00	ソフトバレー 13:00	ポッチャ 13:00
帰りのつどい 14:45		帰りのつどい 14:45	
21		22	
朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30		朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	
料理 10:00	カラオケ 10:00	海の日	
昼食 12:00～13:00			
心の健康教室 骨粗鬆症について 栄養士 13:30			
帰りのつどい 14:45		帰りのつどい 14:45	
23		24	
朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30		朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	
作業療法 10:00		作業療法 10:00	
昼食 12:00～13:00		昼食 12:00～13:00	
盆踊りの練習 13:00		帰りのつどい 14:45	
帰りのつどい 14:45		帰りのつどい 14:45	
25		26	
朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30		朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	
作業療法 10:00		作業療法 10:00	
昼食 12:00～13:00		昼食 12:00～13:00	
盆踊りの練習 13:00		帰りのつどい 14:45	
帰りのつどい 14:45		帰りのつどい 14:45	
27		28	
朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30		朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	
作業療法 10:00	書道 10:00	所内レク 映画会 10:00	
昼食 12:00～13:00		昼食 12:00～13:00	
卓球・バドミントン・フラットテニス 13:00		所内レク 映画会 13:00	
帰りのつどい 14:45		帰りのつどい 14:45	
29		30	
朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30		朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	
作業療法 10:00	茶道 10:00	作業療法 10:00	勉強会 10:00
昼食 12:00～13:00		昼食 12:00～13:00	
盆踊りの練習 13:00		ソフトバレー (講師) 13:00	ポッチャ 13:00
帰りのつどい 14:45		帰りのつどい 14:45	
31		32	
朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30		朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	
作業療法 10:00	軽スポーツ 10:00	作業療法 10:00	勉強会 10:00
昼食 12:00～13:00		昼食 12:00～13:00	
ぶどうの会 13:00	音楽鑑賞 13:00	帰りのつどい 14:45	
帰りのつどい 14:45		帰りのつどい 14:45	