

デイケア活動予定（令和6年3月）2024年

月	火	水	木	金
---	---	---	---	---



病院バス(月～金)
 高松駅 8:20 9:10
 → 高松デイケアセンター
 高松デイケアセンター 14:55
 → 高松駅

1	
朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	
作業療法	禁煙クラブ 勉強会
10:00	
昼食 12:00~13:00	
ソフトバレー	ボッチャ
13:00	13:00
帰りのつどい 14:45	

4		
朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30		
作業療法	図書の会	お便り編集会議
10:00	10:00	11:30
昼食 12:00~13:00		
墨絵	音楽鑑賞	
13:00	13:00	
帰りのつどい 14:45		

5	
朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	
作業療法	書道
10:00	10:00
昼食 12:00~13:00	
ソフトバレー	ボッチャ
13:00	13:00
帰りのつどい 14:45	

6	
朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	
料理	カラオケ
10:00	10:00
昼食 12:00~13:00	
話し合い	
13:00	
帰りのつどい 14:45	

7	
朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	
作業療法	茶道
10:00	10:00
昼食 12:00~13:00	
SST	麻雀
13:00	13:00
帰りのつどい 14:45	

8	
朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	
作業療法	レジリエンスについて学ぼう
10:00	10:00
昼食 12:00~13:00	
ソフトバレー	ボッチャ
13:00	13:00
帰りのつどい 14:45	

11	
朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	
作業療法	軽スポーツ
10:00	10:00
昼食 12:00~13:00	
音楽鑑賞	ぶどうの会
13:00	13:00
帰りのつどい 14:45	

12	
朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	
作業療法	書道
10:00	10:00
昼食 12:00~13:00	
ソフトバレー (講師)	ボッチャ
13:00	13:00
帰りのつどい 14:45	

13	
朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	
料理	カラオケ
10:00	10:00
昼食 12:00~13:00	
こころの健康教室 公認心理師	
13:00	
帰りのつどい 14:45	

14	
朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	
作業療法	茶道
10:00	10:00
昼食 12:00~13:00	
ヨガ	ゲーム
13:00	13:00
帰りのつどい 14:45	

15	
朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	
作業療法	レジリエンスについて学ぼう
10:00	10:00
昼食 12:00~13:00	
ソフトバレー	ボッチャ
13:00	13:00
帰りのつどい 14:45	

18	
朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	
作業療法	軽スポーツ
10:00	10:00
昼食 12:00~13:00	
墨絵	音楽鑑賞
13:00	13:00
帰りのつどい 14:45	

19	
朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	
作業療法	書道
10:00	10:00
昼食 12:00~13:00	
ソフトバレー	ボッチャ
13:00	13:00
帰りのつどい 14:45	

20	
春分の日	
帰りのつどい 14:45	

21	
朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	
作業療法	茶道
10:00	10:00
昼食 12:00~13:00	
SST	麻雀
13:00	13:00
帰りのつどい 14:45	

22	
朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	
ロッカー下駄箱の掃除	
10:00	
昼食 12:00~13:00	
ソフトバレー (講師)	ボッチャ
13:00	13:00
帰りのつどい 14:45	

25	
朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	
作業療法	軽スポーツ
10:00	10:00
昼食 12:00~13:00	
風船バレー・モルック	
13:00	
帰りのつどい 14:45	

26	
朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	
作業療法	書道
10:00	10:00
昼食 12:00~13:00	
健康チェック (エクササイズ評価)	ダイエットクラブ
13:00	13:00
帰りのつどい 14:45	

27	
朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	
料理	カラオケ
10:00	10:00
昼食 12:00~13:00	
所外レク・かほくイオン	
13:00	
帰りのつどい 14:45	

28	
朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	
作業療法	茶道
10:00	10:00
昼食 12:00~13:00	
ヨガ	ゲーム
13:00	13:00
帰りのつどい 14:45	

29	
朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	
作業療法	勉強会
10:00	10:00
昼食 12:00~13:00	
ソフトバレー	ボッチャ
13:00	13:00
帰りのつどい 14:45	