

デ イ ケ ア 活 動 予 定 表 (令 和 5 年 1 月) 2023年

月	火	水	木	金
2	3	4	5	6
休み 	休み	朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30 カラオケ 10:00 昼 食 12:00~13:00 新春の俳句会 13:00 帰りのつどい 14:45	朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30 初 釜 10:00 昼 食 12:00~13:00 新春ゲーム大会 13:00 帰りのつどい 14:45	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 帰りのつどい 14:45
9	10	11	12	13
成人の日	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 昼 食 12:00~13:00 ソフトバレー (講師) 13:00 ボッチャ 13:00 帰りのつどい 14:45	朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30 話し合い 10:00 昼 食 12:00~13:00 グループテーマトーク テーマは当日までに発表します 13:00 帰りのつどい 14:45	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 昼 食 12:00~13:00 ヨガ 13:00 囲碁・将棋・ゲーム 13:00 帰りのつどい 14:45	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 アンガーマネジメント 10:00 昼 食 12:00~13:00 ソフトバレー 13:00 ボッチャ 13:00 帰りのつどい 14:45
16	17	18	19	20
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 昼 食 12:00~13:00 音楽鑑賞 13:00 墨絵 13:00 帰りのつどい 14:45	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 昼 食 12:00~13:00 ソフトバレー 13:00 ボッチャ 13:00 帰りのつどい 14:45	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 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	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 昼 食 12:00~13:00 SST 13:00 麻雀 13:00 帰りのつどい 14:45	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 昼 食 12:00~13:00 ソフトバレー 13:00 ボッチャ 13:00 帰りのつどい 14:45
23	24	25	26	27
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 昼 食 12:00~13:00 音楽鑑賞 13:00 墨絵 13:00 帰りのつどい 14:45	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 昼 食 12:00~13:00 卓球・バドミントン・フットテニス 13:00 帰りのつどい 14:45	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 昼 食 12:00~13:00 こころの健康教室 医師 13:00 帰りのつどい 14:45	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 昼 食 12:00~13:00 ヨガ 13:00 囲碁・将棋・ゲーム 13:00 帰りのつどい 14:45	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 アンガーマネジメント 10:00 昼 食 12:00~13:00 ソフトバレー (講師) 13:00 ボッチャ 13:00 帰りのつどい 14:45
30	31	※JR高松駅より無料の送迎バスが(月)~(金)に運行しています。 ＜行き＞ 高松駅 8:20 9:10 → 高松デイケアセンター ＜帰り＞ 高松デイケアセンター 14:55 → 高松駅 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。		
朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30 所内レク 風船バレー 10:00 昼 食 12:00~13:00 音楽鑑賞 13:00 ぶどうの会 13:00 帰りのつどい 14:45	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 昼 食 12:00~13:00 ソフトバレー 13:00 ボッチャ 13:00 帰りのつどい 14:45			