

# デイケア活動予定 (令和5年 2月) 2023年

月	火	水	木	金
		<b>1</b> 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 13:00~14:00   話し合い 14:00~14:45 帰りのつどい 14:45	<b>2</b> 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	<b>3</b> 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 13:00   ボッチャ 13:00 帰りのつどい 14:45
	<b>6</b> 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 墨絵 13:00   音楽鑑賞 13:00 帰りのつどい 14:45	<b>7</b> 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	<b>8</b> 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 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	<b>9</b> 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
<b>13</b> 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   ぶどうの会 13:00 帰りのつどい 14:45	<b>14</b> 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	<b>15</b> 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 栄養士 13:00 帰りのつどい 14:45	<b>16</b> 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	<b>17</b> 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
<b>20</b> 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 墨絵 13:00   音楽鑑賞 13:00 帰りのつどい 14:45	<b>21</b> 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	<b>22</b> 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	<b>23</b> 天皇誕生日	<b>24</b> 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(講師) 13:00   ボッチャ 13:00 帰りのつどい 14:45
<b>27</b> 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 所外レク:無印良品見学 12:50	<b>28</b> 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・ラケットテニス 13:00			

※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 → 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