

# デイケア活動予定（令和5年3月）2023年

月	火	水	木	金	
 <p>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</p>		<p>1</p> <p>朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30</p> <p>料理 10:00 カラオケ 10:00</p> <p>昼食 12:00～13:00</p> <p>話し合い 13:00</p> <p>帰りのつどい 14:45</p>	<p>2</p> <p>朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30</p> <p>作業療法 10:00 茶道 10:00</p> <p>昼食 12:00～13:00</p> <p>SST 13:00 麻雀 13:00</p> <p>帰りのつどい 14:45</p>	<p>3</p> <p>朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30</p> <p>作業療法 10:00 禁煙クラブ 10:00 勉強会 10:00</p> <p>昼食 12:00～13:00</p> <p>ソフトバレー 13:00 ボッチャ 13:00</p> <p>帰りのつどい 14:45</p>	
	<p>6</p> <p>朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30</p> <p>作業療法 10:00 図書のお便り編集会議 10:00 11:30</p> <p>昼食 12:00～13:00</p> <p>墨絵 13:00 音楽鑑賞 13:00</p> <p>帰りのつどい 14:45</p>	<p>7</p> <p>朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30</p> <p>作業療法 10:00 書道 10:00</p> <p>昼食 12:00～13:00</p> <p>ソフトバレー(講師) 13:00 ボッチャ 13:00</p> <p>帰りのつどい 14:45</p>	<p>8</p> <p>朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30</p> <p>料理 10:00 カラオケ 10:00</p> <p>昼食 12:00～13:00</p> <p>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</p> <p>帰りのつどい 14:45</p>	<p>9</p> <p>朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30</p> <p>作業療法 10:00 茶道 10:00</p> <p>昼食 12:00～13:00</p> <p>ヨガ 13:00 ゲーム 13:00</p> <p>帰りのつどい 14:45</p>	<p>10</p> <p>朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30</p> <p>作業療法 10:00 勉強会 10:00</p> <p>昼食 12:00～13:00</p> <p>ソフトバレー 13:00 ボッチャ 13:00</p> <p>帰りのつどい 14:45</p>
<p>13</p> <p>朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30</p> <p>作業療法 10:00 軽スポーツ 10:00</p> <p>昼食 12:00～13:00</p> <p>音楽鑑賞 13:00 ぶどうの会 13:00</p> <p>帰りのつどい 14:45</p>	<p>14</p> <p>朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30</p> <p>作業療法 10:00 書道 10:00</p> <p>昼食 12:00～13:00</p> <p>ソフトバレー 13:00 ボッチャ 13:00</p> <p>帰りのつどい 14:45</p>	<p>15</p> <p>朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30</p> <p>料理 10:00 カラオケ 10:00</p> <p>昼食 12:00～13:00</p> <p>こころの健康教室 公認心理師</p> <p>帰りのつどい 14:45</p>	<p>16</p> <p>朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30</p> <p>作業療法 10:00 茶道 10:00</p> <p>昼食 12:00～13:00</p> <p>SST 13:00 麻雀 13:00</p> <p>帰りのつどい 14:45</p>	<p>17</p> <p>朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30</p> <p>作業療法 10:00 勉強会 10:00</p> <p>昼食 12:00～13:00</p> <p>ソフトバレー 13:00 ボッチャ 13:00</p> <p>帰りのつどい 14:45</p>	
<p>20</p> <p>朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30</p> <p>作業療法 10:00 軽スポーツ 10:00</p> <p>昼食 12:00～13:00</p> <p>墨絵 13:00 音楽鑑賞 13:00</p> <p>帰りのつどい 14:45</p>	<p>21</p> <p>春分の日</p>		<p>22</p> <p>朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30</p> <p>料理 10:00 カラオケ 10:00</p> <p>昼食 12:00～13:00</p> <p>健康チェック 13:00 ダイエットクラブ 13:45</p> <p>帰りのつどい 14:45</p>	<p>23</p> <p>朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30</p> <p>作業療法 10:00 茶道 10:00</p> <p>昼食 12:00～13:00</p> <p>ヨガ 13:00 ゲーム 13:00</p> <p>帰りのつどい 14:45</p>	<p>24</p> <p>朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30</p> <p>ロッカー下駄箱の掃除 10:00</p> <p>ソフトバレー(講師) 13:00 ボッチャ 13:00</p> <p>帰りのつどい 14:45</p>
<p>27</p> <p>朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30</p> <p>作業療法 10:00 軽スポーツ 10:00</p> <p>昼食 12:00～13:00</p> <p>音楽鑑賞 13:00 ぶどうの会 13:00</p> <p>帰りのつどい 14:45</p>	<p>28</p> <p>朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30</p> <p>作業療法 10:00 書道 10:00</p> <p>昼食 12:00～13:00</p> <p>グランドゴルフ 13:00</p> <p>帰りのつどい 14:45</p>	<p>29</p> <p>朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30</p> <p>映画会 10:00</p> <p>昼食 12:00～13:00</p> <p>映画会 13:00</p> <p>帰りのつどい 14:45</p>	<p>30</p> <p>朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30</p> <p>作業療法 10:00 茶道 10:00</p> <p>昼食 12:00～13:00</p> <p>所内レク 13:00 ボッチャ 13:00</p> <p>帰りのつどい 14:45</p>	<p>31</p> <p>朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30</p> <p>作業療法 10:00 勉強会 10:00</p> <p>昼食 12:00～13:00</p> <p>ソフトバレー 13:00 ボッチャ 13:00</p> <p>帰りのつどい 14:45</p>	