

# デ イ ケ ア 活 動 予 定 （ 令和7年 3月 ） 2025年

| 月                                 | 火                         | 水                                | 木                         | 金                         |
|-----------------------------------|---------------------------|----------------------------------|---------------------------|---------------------------|
| 3                                 | 4                         | 5                                | 6                         | 7                         |
| 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 | 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 | 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                | 料理 10:00                         | 作業療法 10:00                | 作業療法 10:00                |
| 図書の会 10:00                        | 書道 10:00                  | 音楽の会 10:00                       | 茶道 10:00                  | 禁煙クラブ 10:00               |
| お便り編集会議 11:30                     |                           |                                  |                           |                           |
| 昼食 12:00~13:00                    | 昼食 12:00~13:00            | 昼食 12:00~13:00                   | 昼食 12:00~13:00            | 昼食 12:00~13:00            |
| 音楽の会 13:00                        | ソフトバレー 13:00              | 話し合い 13:00                       | SST 13:00                 | ソフトバレー 13:00              |
| 墨絵 13:00                          | ボッチャ 13:00                |                                  | 麻雀 13:00                  | ボッチャ 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                     | 帰りのつどい 14:45              | 帰りのつどい 14:45              |
| 10                                | 11                        | 12                               | 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 | 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 | 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                | 料理 10:00                         | 作業療法 10:00                | 作業療法 10:00                |
| 軽スポーツ 10:00                       | 書道 10:00                  | 音楽の会 10:00                       | 茶道 10:00                  | 勉強会 のど自慢攻略 10:00          |
| 昼食 12:00~13:00                    | 昼食 12:00~13:00            | 昼食 12:00~13:00                   | 昼食 12:00~13:00            | 昼食 12:00~13:00            |
| 音楽の会 13:00                        | ソフトバレー 13:00              | 所外レク 内灘道の駅 13:00                 | ヨガ 13:00                  | ソフトバレー 13:00              |
| ぶどうの会 13:00                       | ボッチャ 13:00                |                                  | ゲーム 13:00                 | ボッチャ 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                     | 帰りのつどい 14:45              | 帰りのつどい 14:45              |
| 17                                | 18                        | 19                               | 20                        | 21                        |
| 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 | 朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30        | 春分の日                      | 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                        | 作業療法 10:00                | 料理 10:00                         |                           | 作業療法 10:00                |
| 軽スポーツ 10:00                       | 書道 10:00                  | 音楽の会 10:00                       |                           | 勉強会 10:00                 |
| 昼食 12:00~13:00                    | 昼食 12:00~13:00            | 昼食 12:00~13:00                   |                           | 昼食 12:00~13:00            |
| 音楽の会 13:00                        | ソフトバレー 13:00              | こころの健康教室<br>心理士（コラーージュ） 13:00    |                           | ソフトバレー 13:00              |
| 墨絵 13:00                          | ボッチャ 13:00                |                                  |                           | ボッチャ 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                     |                           | 帰りのつどい 14:45              |
| 24                                | 25                        | 26                               | 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 | 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 | 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                | 料理 10:00                         | 作業療法 10:00                | 作業療法 10:00                |
| 軽スポーツ 10:00                       | 書道 10:00                  | 音楽の会 10:00                       | 茶道 10:00                  | 勉強会・心理士 10:00             |
| 昼食 12:00~13:00                    | 昼食 12:00~13:00            | 昼食 12:00~13:00                   | 昼食 12:00~13:00            | 昼食 12:00~13:00            |
| ロッカー・下足箱の掃除・<br>ホールのテープ張り替え 13:00 | ソフトバレー 13:00              | 健康チェック<br>（エクササイズ評価） 13:00~13:45 | ヨガ 13:00                  | ソフトバレー 13:00              |
|                                   | ボッチャ 13:00                | ダイエットクラブ 13:45~14:30             | ゲーム 13:00                 | ボッチャ 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                     | 帰りのつどい 14:45              | 帰りのつどい 14:45              |
| 31                                |                           |                                  |                           |                           |
| 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                    |                           |                                  |                           |                           |
| お花見 13:00                         |                           |                                  |                           |                           |
| 帰りのつどい 14:45                      |                           |                                  |                           |                           |

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

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

