

デイケア活動予定表（令和8年1月）2026年

月	火	水	木	金
5 朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	6 朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	7 朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	8 朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	9 朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30
作業 10:00 昼食 12:00～13:00	プチ作業 新春書き初め大会 10:00 10:00 昼食 12:00～13:00	新春ゲーム大会 10:00 昼食 12:00～13:00	初釜 10:00 昼食 12:00～13:00	作業 10:00 昼食 12:00～13:00
カラオケ 13:00 帰りのつどい 14:45	墨絵 13:00 ソフトバレー 風船バレー 13:00 帰りのつどい 14:45	新春ゲーム大会 13:00 帰りのつどい 14:45	カラオケ 13:00 帰りのつどい 14:45	ソフトバレー ボッチャ 13:00 帰りのつどい 14:45
12 成人の日	13 朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	14 朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	15 朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	16 朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30
作業 10:00 昼食 12:00～13:00	書道 10:00 昼食 12:00～13:00	料理 プチ作業 10:00 昼食 12:00～13:00	作業 茶道 10:00 昼食 12:00～13:00	作業 10:00 昼食 12:00～13:00
ソフトバレー 13:00 帰りのつどい 14:45	ボッチャ 13:00 帰りのつどい 14:45	話し合い 男子会 女子会 13:00 13:45 帰りのつどい 14:45	ヨガ 13:00 カラオケ 13:00 帰りのつどい 14:45	ソフトバレー 風船バレー 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	20 朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	21 朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	22 朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	23 朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30
作業 10:00 昼食 12:00～13:00	作業 10:00 昼食 12:00～13:00	料理 プチ作業 10:00 昼食 12:00～13:00	作業 茶道 10:00 昼食 12:00～13:00	作業 10:00 昼食 12:00～13:00
カラオケ 13:00 帰りのつどい 14:45	墨絵 13:00 ソフトバレー 風船バレー 13:00 帰りのつどい 14:45	レクレーション (たこ焼きパーティー) 13:00 帰りのつどい 14:45	新春俳句の会 13:00 帰りのつどい 14:45	ソフトバレー ボッチャ 13:00～13:45 13:45～14:30 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	27 朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	28 朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	29 朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	30 朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30
作業 10:00 昼食 12:00～13:00	作業 10:00 昼食 12:00～13:00	料理 プチ作業 10:00 昼食 12:00～13:00	作業 茶道 10:00 昼食 12:00～13:00	作業 10:00 昼食 12:00～13:00
カラオケ 13:00 ぶりのつどい 14:45	ぶどうの会 13:00 ソフトバレー ボッチャ 13:00 帰りのつどい 14:45	健康チェック 13:00 ダイエットクラブ 13:00 帰りのつどい 14:45	ヨガ 13:00 カラオケ 13:00 帰りのつどい 14:45	ソフトバレー 風船バレー 13:00 帰りのつどい 14:45

※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、運休する場合も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 14:50 → 高松駅

※年末年始(12月29日～1月4日)はお休みです。新年は1月5日(月)から開始します。

