

デ イ ケ ア 活 動 予 定 表 (令 和 8 年 1 月) 2026 年

月	火	水	木	金
5	6	7	8	9
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 10:00	プチ作業 新春書き初め大会 10:00 10:00	新春ゲーム大会 10:00	初 釜 10:00	作業 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
カラオケ 墨絵 13:00 13:00	ソフトバレー 風船バレー 13:00 13:00	新春ゲーム大会 13:00	カラオケ 13:00	ソフトバレー ボッチャ 13:00 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
12	13	14	15	16
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
成人の日	作業 書道 10:00 10:00	料理 プチ作業 10:00 10:00	作業 茶道 10:00 10:00	作業 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
	ソフトバレー ボッチャ 13:00 13:00	話し合い 男子会 女子会 13:00 13:45	ヨガ カラオケ 13:00 13:00	ソフトバレー 風船バレー 13:00 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
19	20	21	22	23
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 10:00	作業 書道 10:00 10:00	料理 プチ作業 10:00 10:00	作業 茶道 10:00 10:00	作業 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
カラオケ 墨絵 13:00 13:00	ソフトバレー 風船バレー 13:00 13:00	レクレーション (たこ焼きパーティー) 13:00	新春俳句の会 13:00	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	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
26	27	28	29	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	朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30
作業 10:00	作業 書道 10:00 10:00	料理 プチ作業 10:00 10:00	作業 茶道 10:00 10:00	作業 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
カラオケ ぶどうの会 13:00 13:00	ソフトバレー ボッチャ 13:00 13:00	健康チェック ダイエットクラブ 13:00	ヨガ カラオケ 13:00 13:00	ソフトバレー 風船バレー 13:00 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

※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 14:50 → 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。

