

# デイケア活動予定（令和8年3月）2026年

月	火	水	木	金
<b>2</b> 朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	<b>3</b> 朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	<b>4</b> 朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	<b>5</b> 朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	<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 10:00 図書の会 10:00 昼食 12:00~13:00	作業 10:00 書道 10:00 昼食 12:00~13:00	プチ作業 10:00 料理 10:00 昼食 12:00~13:00	作業 10:00 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 墨絵 13:00 帰りのつどい 14:45	ソフトバレー 13:00 風船バレー 13:00 帰りのつどい 14:45	話し合い 13:00 男子会・女子会 13:30 帰りのつどい 14:45	ひな祭りの会 13:00 帰りのつどい 14:45	ソフトバレー 13:00 ボッチャ 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	<b>10</b> 朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	<b>11</b> 朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	<b>12</b> 朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	<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 10:00 昼食 12:00~13:00	作業 10:00 書道 10:00 昼食 12:00~13:00	映画鑑賞 10:00 昼食 12:00~13:00	作業 10:00 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 ぶどうの会 13:00 帰りのつどい 14:45	ソフトバレー 13:00 ボッチャ 13:00 帰りのつどい 14:45	映画鑑賞 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 13:00 風船バレー 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	<b>17</b> 朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	<b>18</b> 朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	<b>19</b> 朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	<b>20</b> 春分の日
レクリエーション（イオン） 10:00 昼食 12:00~13:00	作業 10:00 書道 10:00 昼食 12:00~13:00	プチ作業 10:00 料理 10:00 昼食 12:00~13:00	作業 10:00 茶道 10:00 昼食 12:00~13:00	
カラオケ 13:00 墨絵 13:00 帰りのつどい 14:45	ソフトバレー 13:00 風船バレー 13:00 帰りのつどい 14:45	こころの健康教室（コラージュ） 13:00 帰りのつどい 14:45	奉仕活動（ホールのテープ張り替え） 13:00 茶暮里 13:45 帰りのつどい 14:45	
<b>23</b> 朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	<b>24</b> 朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	<b>25</b> 朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	<b>26</b> 朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	<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 10:00 昼食 12:00~13:00	作業 10:00 書道 10:00 昼食 12:00~13:00	プチ作業 10:00 カラオケ 10:00 昼食 12:00~13:00	作業 10:00 茶道 10:00 昼食 12:00~13:00	作業 10:00 昼食 12:00~13:00
ロッカー・下足箱の掃除 13:00 帰りのつどい 14:45	ソフトバレー 13:00 ボッチャ 13:00 帰りのつどい 14:45	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	ヨガ 13:00 カラオケ 13:00 帰りのつどい 14:45	ソフトバレー 13:00 風船バレー 13:00 帰りのつどい 14:45
<b>30</b> 朝のつどい9:15モーニングエクササイズ 9:30	<b>31</b> 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 書道 10:00 昼食 12:00~13:00			
お花見 13:00 帰りのつどい 14:45	ボッチャ大会 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、運休する場合がありますのでご了承ください。

病院バス（月～金）

<行き>高松駅 8:20 9:10 →デイケアセンター

<帰り>デイケアセンター 14:55 → 高松駅

