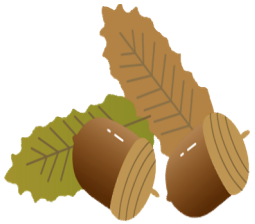
デ イ ケ ア 活 動 予 定 表（ 2026年 10月 ）



☆病院の送迎バス☆
※JR高松駅より無料の送迎バスが運行しています

＜行き＞ 高松駅 8:20 9:10 →こころの病院、デイケア

＜帰り＞ デイケア14:55 → 高松駅

月	火	水	木	金
			1 朝のつどい9:15 モーニングエクササイズ9:30 作業(創作活動) 10:00 / 茶道 10:00 昼 食 12:00～13:00 話し合い 13:00 / 男子会・女子会 13:45～14:30 帰りのつどい 14:45	**2** 朝のつどい9:15 モーニングエクササイズ9:30 作業(創作活動) 10:00 昼 食 12:00～13:00 ソフトバレー 13:00 / 風船バレー 13:00 帰りのつどい 14:45
5 朝のつどい9:15 モーニングエクササイズ9:30 作業(創作活動) 10:00 昼 食 12:00～13:00 墨絵 13:00 / カラオケ 13:00 帰りのつどい 14:45	**6** 朝のつどい9:15 モーニングエクササイズ9:30 作業(創作活動) 10:00 / 書道 10:00 昼 食 12:00～13:00 アリスポ（アリーナでスポーツ） 13:00 帰りのつどい 14:45	**7** 朝のつどい9:15 モーニングエクササイズ9:30 防災について考えよう 10:00 昼 食 12:00～13:00 秋のスポーツ大会 13:00 帰りのつどい 14:45	**8** 朝のつどい9:15 モーニングエクササイズ9:30 作業(創作活動) 10:00 / 茶道 10:00 昼 食 12:00～13:00 ヨガ 13:00 / 自由カラオケ 13:00 / プチ就 13:00 帰りのつどい 14:45	**9** 朝のつどい9:15 モーニングエクササイズ9:30 作業(創作活動) 10:00 昼 食12:00～13:00 ソフトバレー 13:00 / ボッチャ 13:00 帰りのつどい 14:45
12 スポーツの日	**13** 朝のつどい9:15 モーニングエクササイズ9:30 作業(創作活動) 10:00 / 書道 10:00 昼 食 12:00～13:00 ソフトバレー 13:00 / ボッチャ 13:00 帰りのつどい 14:45	**14** 朝のつどい9:15 モーニングエクササイズ9:30 料理 10:00 / 作業 10:00 昼 食 12:00～13:00 フラワーアレンジメントをやってみよう 13:00 / カラオケ 13:00 帰りのつどい 14:45	**15** 朝のつどい9:15 モーニングエクササイズ9:30 作業(創作活動) 10:00 / 茶道 10:00 昼 食 12:00～13:00 所外レク 道の駅のと千里浜 13:00 帰りのつどい 14:45	**16** 朝のつどい9:15 モーニングエクササイズ9:30 作業(創作活動) 10:00 昼 食12:00～13:00 ソフトバレー 13:00 / 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 作業(創作活動) 10:00 昼 食 12:00～13:00 墨絵 13:00 / カラオケ 13:00 帰りのつどい 14:45	**20** 朝のつどい9:15 モーニングエクササイズ9:30 作業(創作活動) 10:00 / 書道 10:00 昼 食 12:00～13:00 ソフトバレー 13:00 / 風船バレー 13:00 帰りのつどい 14:45	**21** 朝のつどい9:15 モーニングエクササイズ9:30 料理 10:00 / カラオケ 10:00 昼 食 12:00～13:00 秋の俳句の会 13:00 帰りのつどい 14:45	**22** 朝のつどい9:15 モーニングエクササイズ9:30 作業(創作活動) 10:00 / 茶道 10:00 昼 食 12:00～13:00 ヨガ 13:00 / 自由カラオケ 13:00 / プチ就 13:00 帰りのつどい 14:45	**23** 朝のつどい9:15 モーニングエクササイズ9:30 作業(創作活動) 10:00 10:00 昼 食 12:00～13:00 ソフトバレー 13:00 / ボッチャ 13:00 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 作業(創作活動) 10:00 昼 食 12:00～13:00 健康チェック 13:00～13:45 / ダイエットクラブ 13:45～14:30 帰りのつどい 14:45	**27** 朝のつどい9:15 モーニングエクササイズ9:30 作業(創作活動) 10:00 / 書道 10:00 昼 食 12:00～13:00 アリスポ（アリーナでスポーツ） 13:00 帰りのつどい 14:45	**28** 朝のつどい9:15 モーニングエクササイズ9:30 奉仕作業 10:00 昼 食 12:00～13:00 ふれあい文化祭の準備 13:00 帰りのつどい 14:45	**29** 朝のつどい9:15 モーニングエクササイズ9:30 ふれあい文化祭 10:00 昼 食 12:00～13:00 ふれあい文化祭 13:00 帰りのつどい 14:45	**30** 朝のつどい9:15 モーニングエクササイズ9:30 作業(創作活動) 10:00 / ソフトバレー交流会 8:30～14:30 昼 食 12:00～13:00 風船バレーor ボッチャ 13:00 帰りのつどい 14:45