デ イ ケ ア 活 動 予 定 表（ 2026年 11月 ）

月	火	水	木	金
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 墨絵 13:00 / カラオケ 13:00 帰りのつどい　14:45	**3** 文化の日	**4** 朝のつどい9:15　モーニングエクササイズ9:30 ふれあい文化祭振り返り 10:00 昼　食　12:00～13:00 話し合い 13:00 / 奉仕活動 13:30 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 秋のお茶会 10:00 昼食　12:00～13:00 自由に軽スポーツ 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 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
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 コラージュ 13:00 帰りのつどい　14:45	**10** 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	**11** 朝のつどい9:15　モーニングエクササイズ9:30 料理（献立決め） 10:00 / カラオケ 10:00 昼　食　12:00～13:00 こころの健康教室（栄養士） （食生活を振り返ろう） 13:30 帰りのつどい　14:45	**12** 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	**13** 朝のつどい9:15　モーニングエクササイズ9:30 所外レク（アルプラザ津幡） 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
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 墨絵 13:00 / カラオケ 13:00 帰りのつどい　14:45	**17** 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	**18** 朝のつどい9:15　モーニングエクササイズ9:30 料理 10:00 / ぶどうの会 10:00 昼　食　12:00～13:00 カラオケ 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 / 茶道 10:00 昼食　12:00～13:00 さつまいも収穫祭 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 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
23 勤労感謝の日	**24** 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（ジム利用） 13:00 / 軽スポーツ 13:00 帰りのつどい　14:45	**25** 朝のつどい9:15　モーニングエクササイズ9:30 男子会・女子会 10:00 昼　食　12:00～13:00 クリスマスツリー飾り作り 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 / 茶道 10:00 昼食　12:00～13:00 ヨガ 13:00 / カラオケ 13:00 / プチ就 13:00 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 クリスマスツリー飾り作り 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
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 昼　食　12:00～13:00 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				

病院バス（月～金）
＜行き＞ 高松駅 発 8:20 9:10 → デイケアセンター
＜帰り＞ デイケアセンター 発 14:55→ 高松駅

