


デ イ ケ ア 活 動 予 定 表 (令 和 5 年 1 2 月)

月	火	水	木	金
<p>※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 14:5 → 高松駅</p> <p style="text-align: center;">※年末年始(12月29日~1月3日)はお休みです。新年は1月4日(水)から開始します</p>				
				
4	5	6	7	8
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
作業療法 10:00	作業療法 10:00	料理 10:00	作業療法 10:00	作業療法 10:00
図書のお便り編集会議 10:00	書道 10:00	カラオケ 10:00	茶道 10:00	ストレスと上手に付き合おう 10:00
11:30	11:30	11:30	11:30	11:30
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
音楽鑑賞 13:00	ソフトバレエ(講師) 13:00	話し合い 13:00	SST 13:00	ソフトバレエ 13:00
墨絵 13:00	ポッチャ 13:00	13:00	麻雀 13:00	ポッチャ 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
11	12	13	14	15
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
作業療法 10:00	作業療法 10:00	料理 10:00	作業療法 10:00	作業療法 10:00
軽スポーツ 10:00	書道 10:00	カラオケ 10:00	茶道 10:00	勉強会 10:00
10:00	10:00	10:00	10:00	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
音楽鑑賞 13:00	ソフトバレエ 13:00	年賀状作り 13:00	ヨガ 13:00	ソフトバレエ 13:00
ぶどうの会 13:00	ポッチャ 13:00	13:00	ゲーム 13:00	ポッチャ 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
18	19	20	21	22
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
作業療法 10:00	作業療法 10:00	料理室・作業療法室の掃除 10:00	作業療法 10:00	のど自慢大会のリハーサル 13:00
軽スポーツ 10:00	書道 10:00	10:00	茶道 10:00	13:00
10:00	10:00	10:00	10:00	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	昼食 12:00~13:00
音楽鑑賞 13:00	ソフトバレエ 13:00	こころの健康教室 (PSW) 13:00	SST 13:00	ソフトバレエ(講師) 13:00
墨絵 13:00	ポッチャ 13:00	13:00	麻雀 13:00	ポッチャ 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
25	26	27	28	29
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	
所内レク のど自慢大会 10:00	作業療法 10:00	映画会 10:00	大掃除 10:00	
10:00	書道 10:00	10:00	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	
所内レク のど自慢大会 13:00	健康チェック 13:00	映画会 13:00	グループテーマトーク 13:00	
13:00	ダイエットクラブ 13:00	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	