

# デイケアカレンダー 令和7年1月



	月	火	水	木	金	土	日
			令和7年 元旦	2日	3日	4日	5日
午前	1月 睦月		元日	あけましておめでとうございます。 新しい年を迎えました。 気持ちも新たに今年も元気いっ ぱいに活動していきましょう♪ 皆様にとって本年がよい年にない ますように。		1/5 園暮の日 (いごのひ)	
昼食							
午後 ①							
午後 ②							
	6日	7日	8日	9日	10日	11日	12日
午前	トランプ 麻雀	卓球 ちょっとフィット	スポーツ 塗り絵・ドリル・ペン字	ミーティング 健康体操	塗り絵・ドリル・ペン字 パソコン相談 スマホ相談	1/11 鏡開き (かがみびらき)	
昼食							
午後 ①	歌声喫茶 Wii	キウイクラブ (疲れて万事が滞る③)	工作	手芸 パズル プラモデル	音楽鑑賞 Wii ダンベル体操		
午後 ②			ウォーキング				
	13日	14日	15日	16日	17日	18日	19日
午前	成人の日		スポーツ 塗り絵・ドリル・ペン字	ミーティング 健康体操	塗り絵・ドリル・ペン字	1/19 のど自慢の日 (のどじまんのひ)	
昼食							
午後 ①			工作	手芸・パズル プラモデル 映画鑑賞	初詣(白山比咩神社)		
午後 ②			ウォーキング		初詣		
	20日	21日	22日	23日	24日	25日	26日
午前	トランプ 麻雀	卓球 ちょっとフィット	スポーツ 塗り絵・ドリル・ペン字	ミーティング 健康体操	塗り絵・ドリル・ペン字 パソコン相談 スマホ相談	1/25 中華まんの日 (ちゅうかまんのひ)	
昼食							
午後 ①	歌声喫茶 Wii	話そう会	工作	初詣(白山比咩神社) パズル プラモデル	合唱 Wii ダンベル体操		
午後 ②	身体計測(一週間)		ウォーキング	初詣			
	27日	28日	29日	30日	31日		
午前	テーブルゲーム (人生ゲーム)	卓球 ちょっとフィット	スポーツ 塗り絵・ドリル・ペン字	ミーティング 健康体操	塗り絵・ドリル・ペン字	新年会	
昼食							
午後 ①	ゲートボール	脳トレ	工作	手芸・パズル プラモデル 映画鑑賞	新年会		
午後 ②			ウォーキング				

- \* 予定は急に変更になる場合があります。ご了承ください。
- \* 各プログラムへの参加は一部を除き自由です。
- \* プログラムの主な目的
  - ・対人交流の練習
  - ・集中力Up
  - ・対処方法を学ぶ
  - ・体力Up ...など様々です。

※プログラム以外の活動についてはスタッフにご相談下さい。

## 1日の流れ

- 9:30 開所
- 10:15 ラジオ体操
- 10:20 朝礼
- 10:30~11:30 午前プログラム
- 11:50~12:00 ダンス
- 12:10~12:40 昼食支援
- 12:40~踏み台昇降
- 13:30~午後プログラム①
- 14:30~午後プログラム②
- 15:40~16:00 終礼