

デイケアカレンダー 令和 8 年 2 月

	月	火	水	木	金	土	日
							1日
午前					2月になりました。 先日の寒波は寒かったですね～。 まだまだ寒い日が続きますが今月も元気よく活動していきましょう♪	 2/1 テレビ放送記念日 (てれびほうそうきねんび)	
昼食							
午後 ① ②							
	2日	3日	4日	5日	6日	7日	8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	 2/8 テマークの日 (ゆうびんまーくの日)	
昼食							
午後 ① ②	歌声喫茶 Wii	キウイクラブ (自信を持つ) 節分(終礼時)	工作 ウォーキング	手芸 パズル プラモデル	音楽鑑賞 Wii ダンベル体操		
	9日	10日	11日	12日	13日	14日	15日
午前	テーブルゲーム (人生ゲーム、他)	卓球 ちょっとフィット	 建国記念の日		ミーティング 健康体操	 バレンタインデー	
昼食							
午後 ① ②	ゲートボール	脳トレ			手芸・パズル プラモデル 映画鑑賞		
	16日	17日	18日	19日	20日	21日	22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	 2/22 猫の日 (ねこのひ)	
昼食							
午後 ① ②	歌声喫茶 Wii 身体計測(一週間)	話そう会	工作 ウォーキング	手芸 パズル プラモデル	合唱 Wii ダンベル体操		
	23日	24日	25日	26日	27日	28日	3/1
午前	 天皇誕生日	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		
昼食							
午後 ① ②		脳トレ	工作 ウォーキング	手芸・パズル プラモデル 映画鑑賞	レクリエーション ダンベル体操		

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