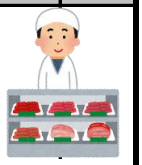
デイケアカレンダー 令和８年 11 月

	月	火	水	木	金	土	日
	2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日
午前	トランプ 麻雀		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	歌声喫茶 Wii		トランプ 工作	手芸 パズル プラモデル	ダンベル体操	11/7(土) 鍋の日 (なべのひ)	
午後②			ウォーキング		音楽鑑賞 パズル		
	9日	10日	11日	12日	13日	14日	15日
午前	工作	キウイクラブ （他者との距離の取り方）	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	レクリエーション	卓球 ストレッチ	トランプ テーブルゲーム	手芸・パズル プラモデル	ダンベル体操	11/15(日) 七五三 (しちごさん)	
午後②			ウォーキング	映画鑑賞 100均ツアー	音楽鑑賞 パズル		
	16日	17日	18日	19日	20日	21日	22日
午前	トランプ 麻雀	脳トレ	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	ゲートボール	卓球 ストレッチ	カラオケ(外出) トランプ	手芸 パズル プラモデル	ダンベル体操	11/22(日) ボタンの日 (ぼたんのひ)	
午後②			ウォーキング		音楽鑑賞 Wii		
	23日	24日	25日	26日	27日	28日	29日
午前		話そう会	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		卓球 ストレッチ	トランプ 工作	手芸・パズル プラモデル	レクリエーション	11/29(日) いい肉の日 (いいにくのひ)	
午後②			ウォーキング	映画鑑賞			
	30日	12月1日	2日	3日	4日	31日	11/1
午前	トランプ 麻雀 (人生ゲーム)			11月、晩秋の候となりました。朝夕はめっきり冷え込む日が増えてきましたね。紅葉が進む様子を見ると少しずつ冬が近づいてきたのを感じます。今月も元気よく活動していきましょう♪			
昼食							
午後①	合唱 Wii						
午後②							

＊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　午前ﾌﾟﾛｸﾞﾗﾑ
11:50～12:00　ダンス
12:10～12:40　昼食プログラム
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