



デイケアカレンダー 令和8年10月



		月	火	水	木 1日	金 2日	土 3日	日 4日
午前	屋食	 10月 October 神無月	10月、清秋の候となりました。 朝晩がだいぶ涼しくなって秋らしくなってきましたね。今月は行事もあつたいと少し盛りだくさんです。 今月も元気よく活動していきましょう♪(笑)		ミーティング	塗り絵 ドリル ペン字	 10/3(土) 登山の日 (とざんのひ)	
	午後				健康体操	ダンベル体操 音楽鑑賞 パズル		
		5日	6日	7日	8日	9日	10日	11日
午前	屋食	工作	キウイクラブ (皮肉や悪口に巻き込まれる)	スポーツ 塗り絵・ドリル・ペン字	ミーティング	塗り絵 ドリル ペン字	 10/10(土) まぐろの日 (まぐろのひ)	
	午後	レクリエーション 身体計測(一週間)	卓球 ストレッチ	トランプ テーブルゲーム ウォーキング	手芸・パズル プラモデル 映画鑑賞	ダンベル体操 歌声喫茶		
		12日	13日	14日	15日	16日	17日	18日
午前	屋食	 スポーツの日	脳トレ	スポーツ 塗り絵・ドリル・ペン字	ミーティング	塗り絵 ドリル ペン字	 10/18(日) 冷凍食品の日 (れいとうしょくひんのひ)	
	午後		卓球 ストレッチ	トランプ (工作) ウォーキング (園芸)	健康体操 いしかわ動物園(外出) 	ダンベル体操 音楽鑑賞 パズル		
		19日	20日	21日	22日	23日	24日	25日
午前	屋食	工作	話そう会	スポーツ 塗り絵・ドリル・ペン字 	ミーティング	塗り絵 ドリル ペン字	 10/24(土) マーガリンの日 (まーがりんのひ)	
	午後	ゲートボール	卓球 ストレッチ	いしかわ動物園(外出) ウォーキング	手芸・パズル プラモデル 映画鑑賞	ハロウィン(レクリエーション) 		
		26日	27日	28日	29日	30日	31日	11/1
午前	屋食	トランプ 麻雀 (人生ゲーム)	脳トレ	スポーツ 塗り絵・ドリル・ペン字	ミーティング	塗り絵 ドリル ペン字	 ハロウィン	
	午後	合唱 Wii	卓球 ストレッチ	トランプ (工作) ウォーキング (園芸)	健康体操 手芸 パズル	ダンベル体操 音楽鑑賞 パズル		

* 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