

# 2025年 1月 デイケアプログラム予定

	月	火	水	木	金	土				
			1月1日	1月2日	1月3日	1月4日				
午前			休診	休診	休診	休診				
午後			休診	休診	休診	休診				
	1月6日	1月7日	1月8日	1月9日	1月10日	1月11日				
午前	ミーティング 2025年に向けて	室内ゲーム カードゲーム 麻雀他	自主活動	卓球	自主活動	鏡開き (お雑煮他)	自主活動			
午後	お花を飾ろう	自主活動	スポーツ 本宮体育館	自主活動	休診	ヨガ 心と身体をリフレッシュ	初詣 盛岡八幡宮	自主活動	休診	
	1月13日	1月14日	1月15日	1月16日	1月17日	1月18日				
午前	休診	室内ゲーム カードゲーム 麻雀他	自主活動	卓球	自主活動	DVD鑑賞	自主活動	室内ゲーム カードゲーム 麻雀他	自主活動	自主活動
午後	休診	スポーツ 本宮体育館	自主活動	休診	先生と話そう /自主活動	カラオケ	自主活動	休診		
	1月20日	1月21日	1月22日	1月23日	1月24日	1月25日				
午前	コミュニケーション力 を上げる グループワーク	室内ゲーム カードゲーム 麻雀他	自主活動	卓球	自主活動	ボランティア の日	自主活動	カードゲーム で自分を 知ろう	自主活動	自主活動
午後	鳴滝庵他	自主活動	スポーツ 本宮体育館	自主活動	休診	ヨガ 心と身体をリフレッシュ	アロマ キャンドル 作り	自主活動	休診	
	1月27日	1月28日	1月29日	1月30日	1月31日					
午前	暮らしに 役立つ アイデア!	自主活動	室内ゲーム カードゲーム 麻雀他	自主活動	卓球	自主活動	一時間 読書	自主活動	簡単クッキング 恵方巻	
午後	カラオケ	自主活動	スポーツ 本宮体育館	自主活動	休診	脳トレ	自主活動	原田治展 「かわいい」 の発見	自主活動	

※ 都合によりプログラムに変更が生じることがあります。

※ プログラムに参加する場合は決まった時間に来ていただくようお願いいたします。(午前は9時から9時半、午後は12時半から13時)

※ 予定表の色のついていないものは、外出プログラムです。2つに分かれていない場合は、デイケアルームには残れません。

※ 外出プログラムに参加する場合は、開始時間より前にお越しください。

※ 火曜午後のスポーツや三角ベースは、状況により卓球等に変更する場合があります。ホームページを確認していただくか、直接お電話で確認ください。