

2026
2
デイケア

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
午前 ゆるあーと	脳トレ ゆるあーと	サークル活動	太極拳 まいあーと	カフェ	サークル活動	パソコン教室 ゲーム
午後 リラクゼーション	パソコン教室 リラクゼーション	心理教育 ストレッチ	クッキングミーティング ヨガ	カフェミーティング 卓球	社会資源相談	ゆるあーと 音楽
8	9	10	11	12	13	14
午前 ゆるあーと	脳トレ ゆるあーと	サークル活動	建国記念日	カフェ	サークル活動	ワークサポート ゲーム
午後 リラクゼーション	パソコン教室 リラクゼーション	心理教育 ストレッチ		カフェミーティング 卓球	バレンタイン	ゆるあーと 音楽
15	16	17	18	19	20	21
午前 ゆるあーと	脳トレ ゆるあーと	サークル活動	太極拳 まいあーと	カフェ	サークル活動	パソコン教室 ゲーム
午後 リラクゼーション	パソコン教室 リラクゼーション	心理教育 ストレッチ	ヨガ 心理教育	カフェミーティング 卓球	社会資源講座	ゆるあーと 音楽
22	23	24	25	26	27	28
午前 ゆるあーと	天皇誕生日	サークル活動	太極拳 まいあーと	カフェ	サークル活動	ワークサポート ゲーム
午後 リラクゼーション		心理教育 ストレッチ	クッキング 心理教育	カフェミーティング 卓球	健康講座	ゆるあーと 音楽

【お知らせ】

- ・プログラム内容の詳細については、掲示ポスターをご確認ください。
- ・クラブ活動がサークル活動に名前変更になります。(内容は変わりません)
- ・PC利用認定講座はパソコン教室に含まれます。

<午前の活動時間>

9:00 ウォーミングアップ
9:30 朝のミーティング
10:00 午前のプログラム
11:15 昼ストレッチ

<午後の活動時間>

13:00 昼ストレッチ
13:15 午後のプログラム
14:45 ミーティング
15:00 デイケア終了