

デイケア週間プログラム

2026年4月～6月末

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土(第1・3) |
|----------------------------|-----------------------|--------------------------------|---------|----------------------|----------|-----------------------------|
| 午前 ショートケア | 9:00～ 開所 ・ セルフチェック | | | | | |
| | 9:20～ ストレッチ体操 ・ 始まりの会 | | | | | |
| | 10:00～ 午前のプログラム開始 | | | | | |
| | クラフト工房 | | | | | |
| | ポールストレッチ | カラオケ | 音楽百歌 | こころの教室 ～睡眠編～ ※申込制 | ポールストレッチ | エンジョイテニス サークル |
| | 園芸 | フィットネス ～春ヨガ、ボクササイズ～ | 頭アップデート | コアトレ | 園芸 | |
| | 自主活動 (将棋・ゲーム・卓球など) | | | | | |
| | 11:20～ 食事準備 | | | | | |
| | 11:40～ 昼食 | | | | | |
| | 午後 ショートケア | 12:30～ PMショートケア 受付開始 ・ セルフチェック | | | | ※(金) 12:30 - 13 デイケア祭り実行委員会 |
| 12:50～ ストレッチ体操 ・ 始まりの会 | | | | | | |
| 13:30～ 午後のプログラム開始 | | | | | | |
| 対人スキル向上ラボ | | 4.5月 ウォークラリー 6月 モルック | 陶芸 | 和室deほぐ活 | クラフト工房 | カラオケ |
| 楽器クラブ | | ほっとブレイク | スポーツ | 喋ろうサークル | ほぐ活 | 将棋・ゲーム |
| コツコツゆる筋トレ | | デイケア見学ツアー(月1) | | スポーツサークル | 草ソフトサークル | |
| 自主活動 (将棋・ゲーム・卓球・パズル・塗り絵など) | | | | | | |

※ イベントなどの都合で変更になる場合がございますのでデイケアポスターでご確認ください
 ※ 6Fやデイケア外でのプログラムへ参加する場合は、動きやすい服装で、飲料を必ずご準備ください

| | | | |
|--|----------|----------|----------|
| 初心者向け | 身体機能を高める | 認知機能を高める | 趣味活動を増やす |
| スキルアップ講座 (期間限定プログラム) | | 自主性を高める | サークル活動 |
| 就労準備プログラム : デイケア内外での就労体験を取り入れた評価・訓練も実施中 (個別相談) | | | |

その他予定 詳しくはデイケアにて
 4月 お花見🌸・外出活動(万博公園)
 6月 デイケア祭り
 麻雀サークル、フットサルサークルも開催