

1月

2025 1月プログラム 予定表

～デイケアなごみ・ほほえみ～

時間		月	火	水	木	金	土		
				1	2	3	4		
9:30～10:30					年末年始 お休み	年末年始 お休み	土曜デイケア (フリー)		
10:40～11:30									
13:00～14:00									
14:10～15:00									
		5	6	7	8	9	10	11	
9:30～10:30	お休み	SST	カラオケ	調理実習 (ほほえみ)	卓上ゲーム 麻雀・健康体操 ウォーキング	調理実習 (なごみ)		土曜デイケア (フリー)	
10:40～11:30		卓上ゲーム・健康体操 ウォーキング	卓上ゲーム・健康体操 English Time	卓上ゲーム・健康体操 English Time	卓上ゲーム・健康体操 ウォーキング	卓上ゲーム・健康体操 麻雀・ウォーキング			
13:00～14:00		手芸 麻雀	手芸 麻雀	手芸 麻雀	手芸 麻雀	手芸 麻雀			手芸 麻雀
14:10～15:00		フィットネス	卓上ゲーム	卓上ゲーム	卓上ゲーム	音楽療法			
		12	13	14	15	16	17	18	
9:30～10:30	お休み	 お休み	カラオケ	カラオケ	卓上ゲーム 麻雀・健康体操 ウォーキング	卓上ゲーム 麻雀・健康体操 ウォーキング	カラオケ	土曜デイケア (フリー)	
10:40～11:30			卓上ゲーム・健康体操 English Time	卓上ゲーム・健康体操 English Time	卓上ゲーム・健康体操 ウォーキング	卓上ゲーム・健康体操 ウォーキング			
13:00～14:00			手芸 麻雀	手芸 麻雀	手芸 麻雀	手芸 麻雀	座談会		
14:10～15:00			卓上ゲーム	卓上ゲーム	卓上ゲーム	卓球バレー	卓上ゲーム		
		19	20	21	22	23	24	25	
9:30～10:30	お休み	SST	カラオケ	カラオケ	卓上ゲーム 麻雀・健康体操 ウォーキング	卓上ゲーム 麻雀・健康体操 ウォーキング	カラオケ	土曜デイケア (フリー)	
10:40～11:30		卓上ゲーム・健康体操 麻雀・ウォーキング	卓上ゲーム・健康体操 English Time	卓上ゲーム・健康体操 English Time	卓上ゲーム・健康体操 ウォーキング	卓上ゲーム・健康体操 ウォーキング			
13:00～14:00		手芸 麻雀	手芸 麻雀	手芸 麻雀	手芸 麻雀	手芸 麻雀	手芸 麻雀		
14:10～15:00		卓上ゲーム	ふまねっと	卓上ゲーム	ポッチャ	卓上ゲーム			
		26	27	28	29	30	31		
9:30～10:30	お休み	SST	カラオケ	カラオケ	卓上ゲーム 麻雀・健康体操 ウォーキング	卓上ゲーム 麻雀・健康体操 ウォーキング	カラオケ		
10:40～11:30		卓上ゲーム・健康体操 麻雀・ウォーキング	卓上ゲーム・健康体操 English Time	卓上ゲーム・健康体操 English Time	卓上ゲーム・健康体操 ウォーキング	卓上ゲーム・健康体操 ウォーキング			
13:00～14:00		手芸 麻雀	手芸 麻雀	手芸 麻雀	手芸 麻雀	手芸 麻雀	手芸 麻雀		
14:10～15:00		卓上ゲーム	フィットネス	卓上ゲーム	フィットネス	卓上ゲーム			