



2025 7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	5
9:30～ 10:30			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		麻雀・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	
14:10～ 15:00			卓上ゲーム	卓上ゲーム	フィットネス	座談会	
	6	7	8	9	10	11	12
9:30～ 10:30	お休み	SST	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		調理実習	調理実習	麻雀・健康体操 ウォーキング	麻雀・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	
14:10～ 15:00		ふまねっと	音楽療法	卓上ゲーム	卓上ゲーム	くつ洗い	
	13	14	15	16	17	18	19
9:30～ 10:30	お休み	SST	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	麻雀・健康体操 ウォーキング	麻雀・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	
14:10～ 15:00		フィットネス	卓上ゲーム	卓上ゲーム	フィットネス	卓上ゲーム	
	20	21	22	23	24	25	26
9:30～ 10:30	お休み	 お休み	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	麻雀・健康体操 ウォーキング	麻雀・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	
14:10～ 15:00			卓球バレー	卓上ゲーム	音楽療法	卓上ゲーム	
	27	28	29	30	31		
9:30～ 10:30	お休み	SST	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		
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 麻雀・ウォーキング	麻雀・健康体操 ウォーキング	麻雀・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		
14:10～ 15:00		卓上ゲーム	フィットネス	卓上ゲーム	ポッチャ		