

# 2026年 1月 東春病院デイケアセンター 月間予定表

記載されているプログラム以外のものもありますので、気軽にご相談ください

		月	火	水	木	金	土
	28	29	30	31	1	2	3
午前					元旦		
午後							
	4	5	6	7	8	9	10
午前		しゃべり場 ～フリー～ 「年末年始の食生活」 創	書の道 創	Let's UNO ホ	Let's トランプ ホ	カレンダー作り ホ	
午後		Let's お正月遊び ホ	脳トレ・ リターンズ 創	卓球・楽トレ ト	エアホッケー ト	メンバー ミーティング ホ	
	11	12	13	14	15	16	17
午前		成人の日	ダンス time G	Let's トランプ ホ	笑 Time G	Let's UNO ホ	
午後			パターゴルフ ホ コアミーティング G	エアホッケー ト	まなぼうさい 創	脳内革命 G	
	18	19	20	21	22	23	24
午前		カレンダー作り ホ	D-High- Dance G	新聞クラブ 創	Let's ジェンガ ホ	お絵描き クラブ 創	
午後		初詣 (覚成寺) 創	栄養士講座 創	ZUMBA ト	SST 創	モルック ホ	
	25	26	27	28	29	30	31
午前		笑 Time G	Let's UNO ホ	カレンダー作り ホ	Let's オセロ ホ	お勧めの 1曲を聴こう G	
午後		新聞クラブ 創	ステップ バイ ステップ 創	読書の会 (西部ふれあい センター) 創	しゃべり場 ～ここだけ～ 「最近ワクワクしていますか?」 創	ボッチャ ホ	

● シゴト★トライアル、パソコン、買い物プログラムは個別対応となります。

● プログラムは、予告なしに変更になる場合があります。

G 小グループ室 K 台所 相 相談室 相 相談室 相 相談室 相 相談室  
ト トレーニング室 相 相談室 相 相談室 相 相談室

- 健康が気になる方向け
- 人間関係をよくしたい方、仕事に役立てたい方向け
- 趣味を生かしたい方向け
- 初心者の方、気楽に参加したい方向け
- スポーツ、体を動かしたい方向け
- お勧めプログラム

## ■デイケア利用目的の区分

お勧め プログラム	生活リズムを 整えたい	人付き合いの 練習をしたい	再発・再入院 の防止	就労準備 (若者向け)	楽しみの発見 (高齢者、居場所目的)	その他(集中力、 持続力、体重管理)
対象別	おススメ			おススメ		おススメ
	おススメ				おススメ	
	おススメ	おススメ				
	おススメ		おススメ		おススメ	おススメ
	おススメ	おススメ		おススメ		