



# デイケアとも 月間プログラム 【2026.2】

※内容が変更・中止になる場合があります。ご了承ください。

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
9:15	開所					
9:30~	※ 11日(水)、23日(月) は祝日ためお休みです デイケア、午前ショートケア開始					
9:35	ラジオ体操 & 朝の会					
9:50 ~ 10:50	パソコン教室 【1グループ】 9:55~10:50	卓球	リラックス・アロマ	お散歩の会	卓球	<b>サタデークッキング</b> 7日: [長崎ちゃんぽん-リンカーハット風-] 14日: [五日あんかけ焼きそば] + メニュー決めミーティング 21日: [麻婆豆腐] 28日: [広島焼]
11:00 ~ 12:00	パソコン教室 【2グループ】 11:00~11:55	お茶	合唱&カラオケ	包丁いらず♪ 楽うま20分ランチ (12/4~3/12・全14回)	脳トレ	
12:00~	昼食					
12:30	午前ショートケア終了・午後ショートケア開始					
13:00~	昼の会					
13:30 ~ 15:00	ポーノ・スイーツの会 (お菓子作り)	古今東西! 音楽映像鑑賞会♪	4日:ミュージックカフェ 11日:祝日 18日:就労準備ミーティング 『デイケアともの使い方』 25日:梅見(甲東梅林)	心の元気トーク	こころの読書会 (13:20~14:05)	革細工 【隔週】 7・21日 14日:手作りブラックサンダー&ココア 28日:ストレッチ&ダンス
14:15 ~ 14:50	ヒーリング・タイム ※【セルフフォイス+】	ハーブdeヒーリング	脳トレ	古今東西! 音楽映像鑑賞会♪	書道	ヒーリング・タイム ※【セルフフォイス+】
15:00~	掃除					
15:30	デイケア・午後ショートケア終了					

★ 昼食注文の都合により、欠席・遅刻時は 9:30までに 必ずご連絡ください。

### 感染症対策に関するお知らせとお願い

- 体調等により不織布マスク着用をお願いしています。
- 以下の箇所での感染対策にご協力をお願いします。  
クリニック入り口: 【アルコール消毒・体温測定】  
デイケア入室後: 【アルコール消毒・体調確認・手洗い】
- 1階受付にて診察券・保険証・自立支援医療受給者証等の提出をお願いします。

予定

- 2日(月) 昼休み: 注ぐだけスープを作ろう♪
- 4日(水) PM: ミュージックカフェ
- 6日(金) 昼休み: 注ぐだけスープを作ろう♪
- 11日(水): 祝日《建国記念日》のため休み
- 14日(土) PM: 手作りブラックサンダー&ココア
- 18日(水) PM: 就労準備ミーティング  
『デイケアともの使い方』
- 23日(月): 祝日《天皇誕生日》のため休み
- 24日(火) 昼休み: 注ぐだけスープを作ろう♪
- 25日(水) PM: 甲東梅林へ梅見に行こう
- 28日(土) PM: ストレッチ&ダンス

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28

### 同好会のご案内

- ▶ アート文同好会 (土:午後)
- ▶ 麻雀同好会 (火・水:午前午後)
- ▶ 漢検同好会 (不定期)

### LINE公式アカウント

始めました!

★プログラム表ほか、ともの最新情報をタイムリーに配信♪



- ★次月の月間プログラムは準備中です。
- ★前月の最終週には確定・掲載いたします。
- ★しばらく、お待ちください。

