



デイケアとも 月間プログラム 【2026.4】

※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~	※ 29日(水) 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 【2日は特別版】 新池でお花見をして 甘酒をいただきます	卓球	サタデーッキング 4日:[ボンゴレ Pasta] 11日:[ピビンパ丼] +メニュー決めミーティング 18日:[アジの南蛮漬け][たけのこご飯] 25日:[オムライス][コンソープ]	
11:00~12:00	パソコン教室 【2グループ】 11:00~11:55	脳トレ	お茶	合唱&カラオケ	園芸		脳トレ
12:00~	12:30 昼食 午前ショートケア終了・午後ショートケア開始						
12:30	6日: 昼休みプチ企画 『丁寧に淹れる♪ 食後のドリップコーヒー』	1日:お花見(1日利用) 西田公園に行って、お弁当や 桜茶をいただきます ※雨天時は8日に振替		16日:いちご狩り(1日利用) 神戸市北区の農園まで車で いちご狩りに出かけます ※雨天決行	17日: 昼休みプチ企画 『丁寧に淹れる♪ 食後のドリップコーヒー』	昼の会	
13:00~	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♪	8日:ミュージックカフェ(お花見振替日) 15日:就労準備ミーティング 『コーピングリストを作ろう』 22日:就労準備ミーティング 『ストレス耐性を上げよう! 睡眠の基本』 29日:祝日のため休み	心の元気トーク	(13:20~14:05) こころの読書会	革細工 【隔週】 4・18日 11日:ストレッチ&ダンス 25日:さつま芋植え付け	
14:15~14:50	ヒーリング・タイム ※【セルフチョイス+】	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 ※【セルフチョイス+】	
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

- 調理を行うプログラムに参加の際はマスクの持参をお願いします。
- 体調によっては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：【体温測定】
デイケア入室後：【体温確認・手洗い】

予定

- 1日(水) AM&PM: お花見[西田公園] (外出)
※雨天時は4/8に振替&PMはミュージックカフェに変更
- 2日(木) AM: お散歩の会特別版(新池で甘酒)
- 8日(水) PM: ミュージックカフェ ※お花見振替日
- 11日(土) PM: ストレッチ&ダンス
- 15日(水) PM: 就労準備ミーティング
『コーピングリストを作ろう』
- 16日(木) AM&PM: いちご狩り(外出)
- 22日(水) PM: 就労準備ミーティング
『ストレス耐性を上げよう!睡眠の基本』
- 25日(土) PM: さつま芋植え付け
- 29日(水): 祝日《昭和の日》のため休み

日	月	火	水	木	金	土
29	30	31	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	29	30	1	2

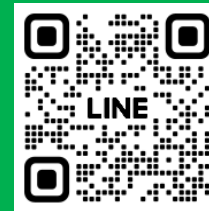
同好会のご案内

- ▶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、とももの最新情報をタイムリーに配信中♪



- ★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。

