

# 2025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
	29	30	31	1	2	3
午前				元旦	休み	休み
午後						
	5	6	7	8	9	10
午前		Let's お正月遊び	コア ミーティング	新聞クラブ	Let's すごろく	フリー
午後		カレンダー作り	しゃべり場 ~フリー~ 「休日の過ごし方」	ZUMBA	初詣 (朝宮神社) (天候不良時は室内レクリエーション)	卓球と楽トレ
	12	13	14	15	16	17
午前		成人の日	書の道	まなぼうさい ①	Let's 麻雀 ~予定表配布~	カレンダー作り
午後			栄養士講座 「減塩食について」	メンバー ミーティング	ステップバイステップ	まなぼうさい ②
	19	20	21	22	23	24
午前		カレンダー作り	しゃべり場 ~ここだけの話~ 「ようこそ褒め下手さん」	脳内革命	コア ミーティング	お絵描きクラブ
午後		マナーで SST	フリー (初詣予備日)	卓球と楽トレ	SST	モルック
	26	27	28	29	30	31
午前		Let's オセロ	D-High-Dance	Let's 将棋	新聞クラブ	お勧めの 一曲を聞こう
午後		パターゴルフ	脳トレ・リターンズ	読書の会	卓球と楽トレ	ボッチャ

- シゴト★トライアル、パソコン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。

小グループ室 台所 ホール 創作室  
 トレーニング室 相談室 公園

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)