

デイケアプログラム(2026年)

	月	火	水	木	金
	1	2	3	4	5
午前	卓球サークル カルチャー (しおり作り)	カラオケ	卓球サークル ゲーム (みんなで決める/麻雀)	カラオケ	にこにこピンポン 新聞を作ろう
午後	カラオケ ゲーム (みんなで決める/麻雀)	リラックスヨガ テーブルゴルフ	ストレス対処法を 見つけよう	ポケネット	リラックスヨガ ゲーム (みんなで決める/麻雀)
	8	9	10	11	12
午前	卓球サークル カルチャー (パステルアート)	カラオケ	卓球サークル ゲーム (みんなで決める/麻雀)	カラオケ	にこにこピンポン 新聞を作ろう
午後	書道 ゲーム (みんなで決める/麻雀)	リラックスヨガ 脳トレゲーム	ストレス対処法を 見つけよう	サッカー	リラックスヨガ(講師あり) ゲーム (みんなで決める/麻雀)
	15	16	17	18	19
午前	卓球サークル カルチャー (革細工)	カラオケ	卓球サークル ゲーム (みんなで決める/麻雀)	カラオケ	にこにこピンポン 新聞を作ろう
午後	そだねー	リラックスヨガ テーブルボーリング	ストレス対処法を 見つけよう	スイーツ会	リラックスヨガ ゲーム (みんなで決める/麻雀)
	22	23	24	25	26
午前	卓球サークル カルチャー (毛糸ドーム)	カラオケ	卓球サークル ゲーム (みんなで決める/麻雀)	カラオケ	にこにこピンポン 新聞を作ろう
午後	すごろく作り ゲーム (みんなで決める/麻雀)	リラックスヨガ 脳トレゲーム	ストレス対処法を 見つけよう	ゆるぺた	リラックスヨガ ゲーム (みんなで決める/麻雀)
	29	30			
午前	卓球サークル カルチャー (プラバン)	カラオケ			
午後	まごころカフェ ゲーム (みんなで決める/麻雀)	リラックスヨガ テーブルゴルフ			