

2026年 3月 デイケアえれも 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

	日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6	7
午前		共同制作	創作	ゲーム会 (ダーツ)	ストレッチ	軽スポーツ (輪投げ)	
午後		ゲーム会 (ジエンガ)	ゲーム会 (アーチェリー)	共同制作	ゲーム会 (フリスビー)	ゲーム会 (ウノ・トランプ)	
	8	9	10	11	12	13	14
午前		創作	共同制作	ストレッチ	軽スポーツ (ペタボード)	俳句会	
午後		軽スポーツ (スカットボール)	鑑賞会	創作	鑑賞会	百人一首	
	15	16	17	18	19	20	21
午前		共同制作	創作	軽スポーツ (的あて)	ストレッチ (棒体操)	春分の日	
午後		ゲーム会 (すごろく)	魚釣り	共同制作	健康チェック		
	22	23	24	25	26	27	28
午前		軽スポーツ (ペタボード)	共同制作	ストレッチ	ゲーム会 (アーチェリー)	ゴロゴロ体操	
午後		鑑賞会	ゲーム会 (ダーツ)	園芸療法	カラオケ	ゲーム会 (フリスビー)	
	29	30	31	1	2	3	4
午前		ウォーキング	共同制作				
午後		軽スポーツ (輪投げ)	ゲーム会 (すごろく)				

● 就労訓練として個別でパソコン教室があります ● 予定しているプログラムは変更されることがあります

※記載されているプログラム以外にも、個別で行うプログラムもありますので、ご相談ください。

※ショートケアを利用される方は、記載プログラム以外にも個別プログラムを行っていただきます。

	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)
	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