

ディケア プログラム

☆☆令和8年1月☆☆

	月	火	水	木	金
1 週				1 元日 <div>●</div>	2 休
2 週	5 全体会 ヨガ	6 誕生会 書道	7 作業 ゆるふわダンス	8 新年会	9 作業 絵画
3 週	12 成人の日 <div>●</div>	13 作業 グループワーク	14 作業 季節のアート	15 脳トレ 音楽療法	16 作業 健康エクササイズ
4 週	19 作業 脳トレ	20 作業 歴史上の人物を学ぶ	21 自由選択 茶話会	22 作業 Dr.水橋のメンタルヘルス	23 自由選択 ゆるふわダンス
5 週	26 作業 レク・運動	27 脳トレ グループワーク	28 作業 健康エクササイズ	29 自由選択 書写	30 作業 脳トレ

- ・13日のグループワークは興味のある音楽CDやDVDをお持ちください
- ・27日グループワークは興味のある内容の新聞記事をお持ちください