

2025年 12月 プログラム予定表

大手町クリニックデイケア
TEL: 055-962-7371
090-9944-2742

* プログラムは、天候等で変更することがあります。
* プログラム中の電話はなるべくご遠慮ください。

曜日	月	火	水	木	金
日付	1	2	3	4	5
午前	個人アセスメント	個人アセスメント 自主活動	茶話会 (年末の過ごし方)	個人アセスメント 自主活動	ウォーキング ストレッチ
午後	ジム/ウォーキング (体育館) 映画同好会	スポーツ (ソフトバレー) ストレッチ	個人アセスメント 自主活動/IMR	リラクゼーション	個人アセスメント 自主活動
日付	8	9	10	11	12
午前	カラオケ 自主活動	トランプ大会	コグトレ	自主活動	図書館 ストレッチ
午後	ジム/ウォーキング (体育館) 映画同好会	スポーツ (ソフトバレー) ストレッチ	ドラマ鑑賞/自主活動 IMR	リラクゼーション	新作DVD鑑賞
日付	15	16	17	18	19
午前	ツボ押し	アニメ鑑賞会 自主活動	料理 読書/創作	自主活動	ウォーキング ストレッチ
午後	ジム/ウォーキング (体育館) 映画同好会	スポーツ (ソフトバレー) ストレッチ	自主活動 IMR	リラクゼーション	みんなで 話そう
日付	22	23	24	25	26
午前	全体ミーティング 大掃除 (靴・掃除道具入れ)	大掃除 棚・ロッカー	大掃除 (台所回り)	大掃除 自主活動	図書館 ストレッチ
午後	栄養講座	ウォーキング ストレッチ	自主活動/大掃除 IMR	リラクゼーション	大掃除 (本棚等)
日付	29	* 1月は5日(月)から始まります。 * 年末年始、体調に気を付けてお過ごしください。			
午前	ウォーキング 映画同好会				
午後	自主活動				