

2026年 2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 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 午前 | 個人アセスメント | 個人アセスメント 自主活動 | 個人アセスメント/自主活動 IMR | 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 | ウォーキング 日枝神社の節分 | デイケアレク練習 | リラクゼーション | 個人アセスメント 自主活動 |
| 日付 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 午前 | 自主活動 | アニメ鑑賞 自主活動 | 建国記念の日 | 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 | | リラクゼーション | みんなで 話そう |
| 日付 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 午前 | ジム/ウォーキング (体育館) 映画同好会 | 美文字にチャレンジ | 料理 創作・読書 | 自主活動 | ウォーキング ストレッチ |
| 午後 | 全体ミーティングと 栄養講座 | スポーツ (ソフトバレー) ストレッチ | デイケアレク本番 | リラクゼーション | コグトレ |
| 日付 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| 午前 | 天皇誕生日 | 時事ネタを探そう | カラオケ 自主活動 | 自主活動 | 図書館 ストレッチ |
| 午後 | | ウォーキング ストレッチ | IMR/自主活動 ドラマ鑑賞 | リラクゼーション | 新作DVD鑑賞 |