

# 2026年 4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

曜日	月	火	水	木	金
日付			1	2	3
午前	*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。		コグトレ	自主活動	ウォーキング ストレッチ
午後			自主活動 IMR	リラクゼーション	自主活動
日付			6	7	8
午前	個人アセスメント	個人アセスメント 自主活動	流行りもの倶楽部	個人アセスメント 自主活動	ウォーキング (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	栄養講座	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	13	14	15	16	17
午前	自主活動	アニメ鑑賞会 自主活動	音楽鑑賞会	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	20	21	22	23	24
午前	全体ミーティング	こころの元気を読もう	料理 創作・読書	自主活動	ウォーキング (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	27	28	29	30	
午前	カラオケ 自主活動	自主活動	昭和の日	自主活動	
午後	ウォーキング 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	