

2026年 令和 8年 2月 デイケアあいこう 月間予定表

日付		9:30~11:30		13:00~15:00		15:00~15:30	
1日（日）		休み					
2日（月）	ミーティング 掃除	ストレッチ（棒体操）・農園		昼食	散歩・映画鑑賞		
3日（火）		話し合い 			硬筆・音楽鑑賞		
4日（水）		休み					
5日（木）		🎵 バスドライブ『田野』 🎵					
6日（金）	ミーティング 掃除	農園・ショッピング		昼食	スポーツ（ハーモニーホスピタル・ソフトバレー交流会）	ミーティング 掃除	
7日（土）		農園・奉仕作業			映画鑑賞・カラオケ・麻雀		
8日（日）		休み					
9日（月）	ミーティング 掃除	農園・ストレッチ（100歳体操・ビリー）		昼食	スポーツ『モルック大会』	ミーティング 掃除	
10日（火）		健康教室			散歩・音楽鑑賞		
11日（水）		建国記念の日					
12日（木）	ミーティング 掃除	優しい料理教室・木曜市		昼食	生花・茶道・料理買い出し	ミーティング 掃除	
13日（金）		男の料理教室・ショッピング・農園			スポーツ（体育館）		
14日（土）		農園・奉仕作業 			映画鑑賞・カラオケ・麻雀		
15日（日）		休み					
16日（月）	ミーティング 掃除	農園・自主活動		昼食	音楽鑑賞・カラオケ・料理買い出し	ミーティング 掃除	
17日（火）		料理教室・自主活動			散歩・リラクゼーション		
18日（水）		休み					
19日（木）	ミーティング 掃除	ストレッチ（健康体操）		昼食	イオン	ミーティング 掃除	
20日（金）		農園・ショッピング			スポーツ（体育館）		
21日（土）		農園・奉仕作業 			映画鑑賞・カラオケ・麻雀		
22日（日）		休み 					
23日（月）		天皇誕生日					
24日（火）	ミーティング 掃除	ストレッチ（100歳体操・ビリー）	昼食	しまむら		ミーティング 掃除	
25日（水）		休み					
26日（木）	ミーティング 掃除	農園・木曜市		昼食	毛筆・音楽鑑賞	ミーティング 掃除	
27日（金）		ショッピング・自主活動			スポーツ『ポッチャ大会』（体育館）		
28日（土）		農園・奉仕作業			映画鑑賞・カラオケ・麻雀		

2月は暦の上では「春」ですが、まだまだ厳しい寒さが残る時期です。本格的な春に向け、体を大切にしましょう。

memo;

プログラムが当日に変更になる場合があります。ご了承ください。

冬山の 倒れかかるを 支えゆく 「土佐3」