

# デイケアプログラム（2026年6月）

	月	火	水	木	金
	1	2	3	4	5
AM	軽スポーツ	ボクササイズ	骨盤 エクササイズ	デイケア ミーティング	ヒップホップ
PM	パソコン (タイピング)	茶 道	パズル	映画鑑賞	大人の塗り絵
	8	9	10	11	12
AM	軽スポーツ	プチエアロビ	カーヴィー ダンス	青 竹 エクササイズ	コラージュ
PM	パソコン (入門編)	書 道	漢 検 チャレンジ	読 書	音楽鑑賞
	15	16	17	18	19
AM	軽スポーツ	フェイシャル ヨ ガ	ダンササイズ	ミサンガ	スクラッチ アート
PM	パソコン (タイピング)	パズル	大人の塗り絵	芸能鑑賞	コミュニケーション トレーニング
	22	23	24	25	26
AM	軽スポーツ	モルック	勾玉作り	ボクササイズ	プチエアロビ
PM	パソコン (入門編)	ゲーム	カラオケ	漢 検 チャレンジ	読 書
	29	30			
AM	軽スポーツ	青 竹 エクササイズ			
PM	パソコン (タイピング)	絵手紙			

\*変更する場合がありますので、詳しくはデイケアスタッフまでお問い合わせ下さい