

# 5月 テイケアプログラム予定表

2026年

谷山病院 ☎ 269-4111

月		火		水		木		金		土	
・5/27(水)は春の遠足です！いい天気になりますように☀ ・暑い日が増えましたね、運動の際は帽子やタオルを準備しましょう。 ・まいぺえすは取り組みたいタイミングでいつでもどうぞ！ ・適度な運動、良い睡眠と食事をこころがけ暑い夏に備えて体力をつけていきましょう！								1		2	
								目覚めの時間 (脳トレ)	新聞作り	個別活動	個別活動
4		5		6		7		8		9	
みどりの日		こどもの日		振替休日		奏でる時間 プレディケア	SST③ 木曜サークル 書道 モルック	目覚めの時間 (ソフトレ)	新聞作り 卓球 カラオケ	個別活動 SWITCH (スポーツ)	個別活動 プラ板細工
11		12		13		14		15		16	
目覚めの時間 (ストレッチ)	DA ミーティング 手芸・手工芸 グランドゴルフ	目覚めの時間 (ソフトレ)	SST⑤ 火曜サークル	目覚めの時間 (脳トレ)	心理教育⑩ ピックル ボール カラオケ	奏でる時間	フットサル モザイクアート	目覚めの時間 (ストレッチ)	新聞作り 室内バドミントン まいぺえす	個別活動 DVD鑑賞 (スクリーン)	個別活動 DVD鑑賞 ソフトバレー
18		19		20		21		22		23	
目覚めの時間 (脳トレ)	DA ミーティング ゲート ボーリング カラオケ	目覚めの時間 (ストレッチ)	SST⑥ 火曜サークル グランドゴルフ モザイクアート	目覚めの時間 (ソフトレ)	心理教育⑪ バドミントン 手芸・手工芸	奏でる時間 プレディケア	SST④ 木曜サークル 野球 まいぺえす	目覚めの時間 (ストレッチ)	新聞作り 茶道 モザイク アート	個別活動 SWITCH (スポーツ)	個別活動 ビデオ鑑賞 モルック
25		26		27		28		29		30	
目覚め時間 (ソフトレ)	DA ミーティング 卓球 モザイク アート	目覚めの時間 (脳トレ)	SST⑦ 火曜サークル ペタンク まいぺえす	春の遠足		奏でる時間	SST⑤ 木曜サークル フリーテニス 絵画	目覚めの時間 (ストレッチ)	ビタミン会 血圧測定 体重測定	個別活動 SWITCH (スポーツ)	個別活動 ビデオ鑑賞 ゲートボール