2018年　6月デイケアカレンダー

	日	月	火	水	木	金	土
						1	*2*
午前						ピラティス & ストレッチ	ピラティス
午後						脳トレ（漢字）	カラオケ
	3	*4*	*5*	*6*	*7*	*8*	*9*
午前	集団トレーニング	ピラティス	マインドフルネス （筋トレなし）	音楽研究会	散歩 （筋トレなし） 復職支援プログラム	ピラティス & ストレッチ	ピラティス
午後	UNO大会	体育館へ行こう	壁飾り作り	脳トレ （なぞなぞ）	おしゃべり サロン	詩を書こう	大富豪大会
	10	*11*	*12*	*13*	*14*	*15*	*16*
午前	集団トレーニング	ピラティス	マインドフルネス （筋トレなし）	あじさいドライブ	ダンベル体操 （筋トレなし） 復職支援プログラム	ピラティス & ストレッチ	ピラティス
午後	室内ゲーム	体育館へ行こう	wiiゲーム	父の日 カード作り	お菓子作り	UNO大会	コラージュ
	17	*18*	*19*	*20*	*21*	*22*	*23*
午前	集団トレーニング	ピラティス ＊漢検模試	マインドフルネス （筋トレなし）	マインドフルネス 手打ちうどん	散歩 （筋トレなし） 復職支援プログラム	ピラティス & ストレッチ	ピラティス
午後	散歩	体育館へ行こう	全体 ミーティング	大富豪大会	お買い物 ツアー	カレンダー 作り	輪投げ大会
	24	*25*	*26*	*27*	*28*	*29*	*30*
午前	漢検模試	ピラティス	マインドフルネス （筋トレなし）	演劇研究会	ダンベル体操 （筋トレなし） 復職支援プログラム	ピラティス & ストレッチ	ピラティス
午後	毛筆・硬筆	体育館へ行こう	卓球大会	カレンダー 作り	もぐもぐツアー （たこ焼き）	七夕飾り作り	カラオケ

※状況によってプログラムを変更する場合があります。

〇お知らせ〇
- 月曜日の午後は体育館へ行って体を動かします。行かれる方は**屋内シューズ**を持参ください。
- 気温が高くなってきました。運動される方は、タオル、着替え、飲み物などを用意しましょう。
- 今月から、ピラティスが週3回になりました。土曜日もやってます！