

# 2019年 5月デイケアカレンダー

|    | 日       | 月             | 火                   | 水              | 木                                 | 金              | 土             |
|----|---------|---------------|---------------------|----------------|-----------------------------------|----------------|---------------|
|    |         |               |                     | 1              | 2                                 | 3              | 4             |
| 午前 |         |               |                     | 室内ゲーム          | 藤ドライブ                             | 憲法記念日          | みどりの日         |
| 午後 |         |               |                     | 散歩             | カラオケ                              |                |               |
|    | 5       | 6             | 7                   | 8              | 9                                 | 10             | 11            |
| 午前 | こどもの日   | 振替休日          | マインドフルネス<br>(筋トレなし) | BBQ<br>(自由活動)  | 筋トレツアー<br>(筋トレなし)<br>復職支援プログラム    | ゆったり<br>ピラティス  | ゆったり<br>ピラティス |
| 午後 |         |               | 俳句会                 | BBQ<br>(自由活動)  | お菓子作り                             | 毛筆・硬筆          | みんなで<br>歌おう   |
|    | 12      | 13            | 14                  | 15             | 16                                | 17             | 18            |
| 午前 | なごレッチ   | 映画観賞会         | マインドフルネス<br>(筋トレなし) | すっきり<br>ピラティス  | バラツアー<br>(筋トレなし)<br>復職支援プログラム     | ゆったり<br>ピラティス  | ゆったり<br>ピラティス |
| 午後 | カラオケ    | 脳トレ           | おしゃべり<br>サロン        | みんなで<br>エクササイズ | 折り紙クラブ                            | 室内ゲーム<br>(輪投げ) | 散歩            |
|    | 19      | 20            | 21                  | 22             | 23                                | 24             | 25            |
| 午前 | 散歩      | すっきり<br>ピラティス | マインドフルネス<br>(筋トレなし) | 新参者<br>ミーティング  | 公園でバドミントン<br>(筋トレなし)<br>復職支援プログラム | ゆったり<br>ピラティス  | ゆったり<br>ピラティス |
| 午後 | 楽器を弾こう  | 全体ミーティング      | カレンダー<br>作り         | 音楽研究会          | ハンドメイド<br>教室                      | カラオケ           | 散歩            |
|    | 26      | 27            | 28                  | 29             | 30                                | 31             |               |
| 午前 | なごレッチ   | すっきり<br>ピラティス | マインドフルネス<br>(筋トレなし) | 買い物ツアー         | 室内ゲーム<br>(筋トレなし)<br>復職支援プログラム     | ゆったり<br>ピラティス  |               |
| 午後 | 3分クッキング | UNO大会         | プチ運動会               | カレンダー<br>作り    | 卓球大会                              | コラージュ          |               |

## ○お知らせ○

- ・プログラムは都合により変更になることがあります。ご了承ください。
- ・気温が高くなってきたので、運動をされる方はタオルや着替えを持参して下さい。
- ・5月1日(水)、5月2日(木)は祝日ですが、デイケアを開けます。ただし、送迎は土日と同様、今治市内のみになります。ご注意ください。
- ・5月9日(木)、「筋トレツアー」に参加する方はシューズを持参して下さい。
- ・5月8日(水)のバーベキューは事前予約が必要です。飲み物、タオルなど持参して下さい。  
未成年の方は親御さんの了承が必要です。職員に問い合わせください。問い合わせがなかった場合は参加できません。
- ・毎週水曜日午前に中国語講座をしています。詳細は別紙参照してください。