

2019年 11月デイケアカレンダー

	日	月	火	水	木	金	土
						1	2
午前						ゆったり ピラティス	ゆったり ピラティス
午後						絵を描こう	外出 レクリエーション
	3	4	5	6	7	8	9
午前	文化の日	振替休日	マインドフルネス (筋トレなし)	漢字の勉強 お菓子作り メニュー決め	さんぽ (筋トレなし) 復職支援プログラム	ゆったり ピラティス	ゆったり ピラティス
午後			毛筆・硬筆	園芸クラブ ☼	半日ドライブ	絵手紙教室	さんぽ
	10	11	12	13	14	15	16
午前	ストレッチ	すっきり ピラティス	マインドフルネス (筋トレなし)	新参者 ミーティング	さんぽ (筋トレなし) 復職支援プログラム	ゆったり ピラティス	ゆったり ピラティス
午後	公園へ行こう	脳トレ (漢字)	卓球大会	お菓子作り	お茶と詩を こよなく愛する会	マンガ・本 研究会	ダブルス 卓球大会
	17	18	19	20	21	22	23
午前	ストレッチ	すっきり ピラティス	マインドフルネス (筋トレなし)	ダンベル体操	UNO大会 (筋トレなし) 復職支援プログラム	文化祭	勤労感謝の日
午後	外出 レクリエーション	カレンダー作り	全体ミーティング	音楽研究会	文化祭準備		
	24	25	26	27	28	29	30
午前	ストレッチ	すっきり ピラティス	マインドフルネス (筋トレなし)	カレンダー作り	さんぽ (筋トレなし) 復職支援プログラム	ゆったり ピラティス	ゆったり ピラティス
午後	輪投げ	早口言葉	半日ドライブ	ハンドメイド教室	カフェツアー	折り紙クラブ	さんぽ

○お知らせ○

- ・1日の午後はカラオケを使用できません。
- ・2日、17日は地域のイベントに出かける予定です。
- ・22日のデイケア文化祭は、準備・片付けのため行き帰りの送迎は出来ませんので公共交通機関を利用してください。
- ・27日のハンドメイドに参加される方は、材料の準備の兼ね合いがあるので早めに申込用紙に記入してください。(※切：20日)

☆文化祭について

文化祭のバザーの利用はデイケアの利用者、ご家族の方、外来の方となります。外来の方は1階駐輪場付近にイートインスペースを設けていますのでそちらをご利用ください。