

# 2020年 9月デイケアカレンダー

	日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4	5
午前			マインドフルネス (筋トレなし)	なぞなぞ	オセロ大会 (筋トレなし) <small>復職支援プログラム</small>	ピラティス & ストレッチ	ピラティス & ストレッチ
午後			おしゃべり サロン	毛筆・硬筆	ストレッチ	室内ゲーム	残暑を 乗り切ろう
	6	7	8	9	10	11	12
午前	ダンベル体操	ピラティス & ストレッチ	マインドフルネス (筋トレなし)	脳トレ	さんぽ (筋トレなし) <small>復職支援プログラム</small>	ピラティス & ストレッチ	ピラティス & ストレッチ
午後	さんぽ	詩を愛する会	Wiiボーリング	アイドル 研究会	カフェツアー	絵を描こう	秋の大運動会
	13	14	15	16	17	18	19
午前	ストレッチ	ピラティス & ストレッチ	マインドフルネス (筋トレなし)	神社めぐり	さんぽ (筋トレなし) <small>復職支援プログラム</small>	ピラティス & ストレッチ	ピラティス & ストレッチ
午後	楽器を弾こう	コラージュ	ストレッチ	ハンドメイド 教室	おやつ作り	全体 ミーティング	輪投げ大会
	20	21	22	23	24	25	26
午前	ダンベル体操	たこやき大会	かき氷大会	歩いて スイーツ	UNO大会 (筋トレなし) <small>復職支援プログラム</small>	ピラティス & ストレッチ	ピラティス & ストレッチ
午後	ダブルス 卓球大会	敬老の日	秋分の日	カレンダー作り	カラオケ大会	音楽研究会	卓球大会
	27	28	29	30			
午前	ストレッチ	ピラティス & ストレッチ	マインドフルネス (筋トレなし)	1日ドライブ			
午後	カラオケ	水彩画	カレンダー作り	1日ドライブ			

○お知らせ○

- ①2020年4月から祝日もデイケアを開所することになりました。利用時間は9時から12時まで。送迎と昼食の提供はありません。
- ②新型コロナウイルスの感染予防の為に、デイケアに来られる前に検温をして来院してください。咳が出る方はマスクを着用してください。また37.5℃以上の方は自宅で静養してください。
- ③6月より昼食のお弁当はお持ち帰りできません。

○その他○

- ・気温が高くなってきたので、運動される方はタオルや着替えを用意してください。