

2022年 12月デイケアカレンダー

	日	月	火	水	木	金	土
					1	2	3
午前					ゆったり刺し子 (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					オープン陶芸 (成型)	オセロ大会	ジェンガ大会
	4	5	6	7	8	9	10
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 (冬コース)	パンツア—	クイズ・脳トレ (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	カラオケ大会	映画上映会	卓球大会	音楽研究会	オープン陶芸 (色付け)	UNO大会	卓球大会
	11	12	13	14	15	16	17
午前	自由活動 (筋トレなし)	ピラティス & ストレッチ	マインドフルネス (冬コース)	料理	ハンドメイド (クリスマス飾り) (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	外出レク① (みなとマルシェ)	おやつ作り	外出レク② (西山広隆寺)	絵手紙教室	カラオケ大会	カフェツアー①	駄菓子屋
	18	19	20	21	22	23	24
午前	昼食を作ろう (カレーライス) (筋トレなし)	ピラティス & ストレッチ	マインドフルネス (冬コース)	クリスマス会 (筋トレなし)	wiiボーリング大会 (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	トランプ大会 (カラオケ不可)	全体ミーティング / クリスマス飾り作り	100均ツアー (ワールドプラザ)	クリスマス会 (筋トレなし)	カフェツアー②	外出レク③ (イオンor周ちゃん)	こどもおやつ作り & こどもクリスマス会
	25	26	27	28	29	30	31
午前	自由活動 (筋トレなし)	ピラティス & ストレッチ	マインドフルネス (冬コース)	くらしの教室 ~糖尿病について~ (11:00~筋トレ)	イントロ・ドン (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	自由活動 年越しそば作り
午後	脳トレ	カレンダー作り	おしゃべりサロン ~今年を振り返ろう~	カレンダー作り	パン作り	大掃除	年末チーム対抗 歌合戦

○お知らせ○

- ・12月29日から1月3日までは旧今治市のみ送迎可能です。(1月1日、2日は祝日の為送迎はありません)
- ・当日の弁当最終受付の時間は10:00です。
- ・コロナウイルス感染状況によりプログラムの変更する場合があります。
- ・今月のマインドフルネスは冬コースになります。参加希望の方は事前に予約が必要です。
- ・色のついているところは事前申し込み制となっています。参加希望の方は期限までに記入をお願いします。また、参加者が多い場合は抽選になります。
- ・日曜日の午前中は筋トレが出来ません。ご了承下さい。

◎家族・職場・学校に、新型コロナウイルスの感染者あるいは濃厚接触者の方が出られた場合はデイケア利用について職員にご相談ください。

※状況によりプログラムを変更する場合があります。ご了承ください。