

2023年 3月 デイケアカレンダー

	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	4
午前				脳トレ	コラージュ (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 & ストレッチ
午後				オセロ大会	カラオケ大会	おしゃべり サロン	毛筆・硬筆
	5	6	7	8	9	10	11
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 (入門コース)	UNO大会	パンツァー (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 & ストレッチ
午後	卓球大会	おやつ作り	カフェツアー ①	ハンドメイド①	バーチャル トラベル	外出レク①	子ども駄菓子屋 / ジェンガ大会
	12	13	14	15	16	17	18
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 (入門コース)	室内ゲーム 【綱引き大会】	料理 (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 & ストレッチ
午後	クイズ	映画上映会	外出レク②	暮らしの教室	100均ツアー	カフェツアー ②	外出レク③
	19	20	21	22	23	24	25
午前	昼食を作ろう (筋トレなし)	ピラティス & ストレッチ	自由活動 (筋トレなし)	1日外出レク 【松山パンツァー】	イントロドン (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 & ストレッチ
午後	プラ板作り	全体ミーティ ング/音楽研究会		1日外出レク 【松山パンツァー】	おやつ作り②	カレンダー作り (小)	カラオケ大会
	26	27	28	29	30	31	
午前	自由活動 (筋トレなし)	ピラティス / こどもSST	マインドフルネス (入門コース)	うちわ 卓球大会	ゆったり刺し子 (筋トレなし) 復職支援プログラム	ピラティス & ストレッチ	
午後	カラオケ	駄菓子屋 /トランプ大会	ハンドメイド②	子どもの おやつ作り (パン)	カレンダー作り (大)/ こどもSST	外出レク④ 【花見レク】	

○お知らせ○

- ・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は変更する場合があります。
- ・今月のマインドフルネスは入門コースになります。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。