

2024年3月デイケアカレンダー

	日	月	火	水	木	金	土
						1	2
午前						ピラティス & ストレッチ	ピラティス & ストレッチ
午後						菜の花を見に行こう♪	おしゃべりサロン
	3	4	5	6	7	8	9
午前	自由活動 (筋トレなし)	ストレッチ	マインドフルネス	料理	刺し子 <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	Wiiボウリング	イントロクイズ	音楽研究会	スリッパ卓球大会	カフェツアー	外出レク①
	10	11	12	13	14	15	16
午前	ストレッチ	室内ゲーム	マインドフルネス / オセロ大会	1日レク	パン作り <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	ジェンガ大会	100均ツアー	漢字クイズ	1日レク	パン作り	カラオケ大会	駄菓子屋
	17	18	19	20	21	22	23
午前	自由活動 (筋トレなし)	お菓子作り	マインドフルネス	自由活動	外食ツアー <small>復職支援プログラム</small>	散歩	クイズ
午後	脳トレ	公園に行こう♪	外出レク②	/	ハンドメイド①	全体ミーティング カレンダー作り (大)	卓球大会
	24	25	26		27	28	29
午前	自由活動 (筋トレなし)	トランプ大会	マインドフルネス / 春休みの過ごし方 (子ども)	カレンダー作り (小)	パンツァー <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	ハンドメイド②	こどもお菓子作り	外出レク③	絵手紙教室	映画上映会 (アニメ)	こども古着市
	31	<div data-bbox="336 1675 1533 2145" data-label="Text" style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px;"> <p>○お知らせ○</p> <ul style="list-style-type: none"> • 当日の弁当最終受付の時間は10:00です。 • 3月のマインドフルネスは自由参加です。 • 月曜日・3/22、3/23のピラティスはお休みです。 • 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。参加者が多い場合は抽選になります。 • 筋トレが出来ない日もあります。プログラムをご参照ください。 <p>◎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。</p> <p>※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。</p> </div>					
午前	自由活動 (筋トレなし)						
午後	カラオケ大会						