

2024年11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						パン作り①	外出レク①
	3	4	5	6	7	8	9
午前	自由活動	自由活動 (4階なし)	マインドフルネス / ハイキング	みんなでエクササイズ	ジェンガ大会 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			ハイキング	大人のお菓子作り	外出レク②	おしゃべりサロン	こどものお菓子作り
	10	11	12	13	14	15	16
午前	自由活動 (筋トレなし)	ストレッチ	マインドフルネス	みんなでエクササイズ	パンツァー 復職支援プログラム	外食レク (お好み焼き)	うちわ卓球大会
午後	カラオケ大会	カフェツアー	パン作り②	映画上映会	脳トレ	オセロ大会	駄菓子屋
	17	18	19	20	21	22	23
午前	自由活動 (筋トレなし)	ストレッチ	マインドフルネス / UNO大会	みんなでエクササイズ / 1日レク	カレンダー作り (小) 復職支援プログラム	ピラティス & ストレッチ	自由活動
午後	外出レク③	癒しの動画研究会	カラオケ大会 / こどもSST	1日レク (松山駅周辺)	全体ミーティング / ハンドメイド①	室内ゲーム	
	24	25	26	27	28	29	30
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(大人)	みんなでエクササイズ	カレンダー作り (大) 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	カラオケイントロクイズ	外出レク④ (紅葉)	書道・ペン習字	ハンドメイド②	トランプ大会	100均ツアー (イオン今治店)	クイズ

○お知らせ○

- ・当日の弁当最終受付の時間は10:00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。
- ・外出レク、買い物レク、パンツァー、カフェツアー等のプログラムの際の昼食代、購入費用は実費になります。
- ・11月15日、16日のピラティスはお休みになります。

◎参加者本人が新型コロナウイルスやインフルエンザ等の感染症に罹患している、あるいはその感染症が原因で学級閉鎖・職場閉鎖等の処置がとられている場合はデイケアの利用をお控え下さい。

※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。