

# 2025年 10月 デイケアカレンダー

	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	4
午前				みんなで エクササイズ	駄菓子屋 (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				映画上映会	カラオケ大会	カフェツアー	ジェンガ大会
	5	6	7	8	9	10	11
午前	自由活動 (筋トレなし)	ストレッチ / 『D米』稲作	マインドフルネス / ピラティス	ピラティス & ストレッチ	料理 (筋トレなし) <small>復職支援プログラム</small>	みんなで エクササイズ	お散歩
午後	イントロドン	動画研究会	クイズ	室内ゲーム	外出レク①	絵画	駄菓子屋
	12	13	14	15	16	17	18
午前	自由活動 (筋トレなし)	自由活動	マインドフルネス / カルタ大会	みんなで エクササイズ /一日レク	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 / パンツァー	ピラティス /こども講座 (4F11:00まで)
午後	カラオケ大会		パン作り①	一日レク	100均ツアー	ハンドメイド	外出レク②
	19	20	21	22	23	24	25
午前	自由活動 (筋トレなし)	ストレッチ	マインドフルネス (晩夏コース)	みんなで エクササイズ	カレンダー小 (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 /こども講座 (4F11:00まで)
午後	パン作り (日曜日の部)	全体ミーティング / カードゲーム	大人 お菓子作り①	お散歩 シャトレゼ♪	Wiiボウリング	カレンダー (大)	子ども お菓子作り
	26	27	28	29	30	31	
午前	自由活動 (筋トレなし)	ストレッチ	マインドフルネス (晩夏コース)	みんなで エクササイズ	折り紙クラブ (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	
午後	お散歩	パン作り②	外出レク③ 秋バラを見に行こう	外出レク④ 秋バラを見に行こう	トランプ大会	大人 お菓子作り② (ハロウィン)	

## ○お知らせ○

- 当日の弁当最終受付の時間は10:00です。
- 栗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。

- 外出レクは、①②のどちらか、③④のどちらかの、計2回までです。
- 外出レク、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。
- 小学生の院外へ外出するプログラムへの参加は出来ません。

◎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。