

2022年 11月デイケアカレンダー

	日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4	5
午前			マインドフルネス	脳トレ	自由活動	ピラティス & ストレッチ	ピラティス & ストレッチ
午後			カフェツアー ①	卓球大会	/	動画研究会	外出レク①
	6	7	8	9	10	11	12
午前	自由活動 (筋トレなし)	一日レク (ピラティス休み)	マインドフルネス	トランプ大会	パンツァー (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	散歩	一日レク	ゆったり刺し子	外出レク②	折り紙クラブ	ハンドメイド①	カラオケ大会
	13	14	15	16	17	18	19
午前	UNO大会 (筋トレなし)	ピラティス & ストレッチ	マインドフルネス	暮らしの教室 (11:00～筋トレ)	散歩 (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	卓球大会	おやつ作り	イントロクイズ	カフェツアー ②	外出レク③	全体ミーティング	子どもおやつ作り
	20	21	22	23	24	25	26
午前	昼食を作ろう (筋トレなし)	ピラティス & ストレッチ	マインドフルネス	自由活動 (筋トレなし)	カレンダー作り (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	カラオケ	カラオケ大会	園芸	/	ハンドメイド②	100均ツアー	駄菓子屋
	27	28	29	30			
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 メロンパンクラブ	古着市 (筋トレなし)			
午後	脳トレ	カレンダー作り	メロンパンクラブ	古着市			

○お知らせ○

- ・1月より当日の弁当最終受付の時間が10:00に変更になりました。
 - ・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自由参加になります。
 - ・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。
 - ・当日デイケアへの登録は外来受付ではなく、デイケアフロアで直接記入をするようにして下さい。
- ◎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。
- ・今月から日曜日の午前中は筋トレが出来ません。ご了承下さい。