

2023年 2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	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 ／ 「恵方巻を食べよう」	ピラティス & ストレッチ
午後				カフェツアー ①	トランプ大会	おしゃべりサロン (節分トーク)	卓球大会
	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	UNO大会	料理① (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	自由活動
午後	外出レク① 【綱敷天満宮】	コラーージュ	おやつ作り	チーズパン作り	ハンドメイド①	カラオケ大会	
	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	外出レク③ 【梅の花見】	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 & ストレッチ	ピラティス & ストレッチ
午後	クイズ	100均ツアー	外出レク②	暮らしの教室 【収納について】	カフェツアー ②	ハンドメイド②	駄菓子屋 ／ イントロクイズ
	19	20	21	22	23	24	25
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 ／ 1日レク	料理②	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	ストレッチ (カラオケなし)	全体ミーティング ／ 動画研究会	1日レク	カレンダー作り (小)		映画上映会	子どもの おやつ作り
	26	27	28				
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				
午後	カラオケ大会	外出レク④	カレンダー作り (大)				

○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冬コースになります。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。