

2023年 10月デイケアカレンダー

	日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6	7
午前	自由活動 (筋トレなし)	自由活動	マインドフルネス (秋コース)	お散歩 シャトレーゼ♪	音楽研究会 (筋トレなし) 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	ジエンガ大会	おやつ作り	バーチャル トラベル	うちわ 卓球大会	室内ゲーム	コラージュ	卓球大会
	8	9	10	11	12	13	14
午前	自由活動 (筋トレなし)	自由活動	マインドフルネス (秋コース)/ 1日レク	散歩	ゆったり刺し子 (筋トレなし) 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	外出レク ①		1日レク	カフェツアー ①	カラオケ大会	ハンドメイド ①	SST/ 駄菓子屋
	15	16	17	18	19	20	21
午前	自由活動 (筋トレなし)	Wiiボーリング 大会	マインドフルネス (秋コース)/ 料理	トランプ大会	オセロ大会 (筋トレなし) 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	クイズ	100均ツアー	卓球大会	外出レク ②	カフェツアー ②	全体 ミーティング	子ども おやつ作り
	22	23	24	25	26	27	28
午前	自由活動	自由活動	マインドフルネス (秋コース)	フードコートへ 行こう♪	折り紙クラブ (筋トレなし) 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	カラオケ大会	映画鑑賞会	ハンドメイド ②	カレンダー作り (小)	外出レク ③	パン作り	子ども講座 (生活に困った時 に～社会保障)
	29	30	31				
午前	自由活動 (筋トレなし)	自由活動	マインドフルネス (秋コース)				
午後	パンorお菓子 作り	カレンダー作り (大)	散歩				

○お知らせ○

- ・当日の弁当最終受付の時間は10:00です。
- ・9月5日～マインドフルネス秋コースは予約が必要となります。参加希望の方はスタッフまでお伝えください。
- ・10月の月曜日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。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。