

2023年 11月デイケアカレンダー

| | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|-----------------|-------------------|----------------|-----------------|--------------------------------|---------------------|--------------------------|
| | | | | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 午前 | | | | パン作り | トランプ大会 (筋トレなし) 復職支援プログラム | 自由活動 | ピラティス & ストレッチ |
| 午後 | | | | パン作り | カフェツアー ① | | 駄菓子屋 |
| | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| 午前 | 自由活動 (筋トレなし) | 料理 | マインドフルネス | 動画研究会 | パンツァー (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 | 卓球大会 | 脳トレ | 外出レク① | 室内ゲーム 大会 | コラージュ/ 水彩画 | 手芸 | 外出レク② |
| | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| 午前 | 自由活動 (筋トレなし) | ストレッチ | マインドフルネス | 暮らしの教室 | 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 | カラオケ大会 | おしゃべりサロン | おやつ作り | Wiiボウリング | 100均ツアー | 映画上映会 | こども おやつ作り |
| | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| 午前 | 自由活動 (筋トレなし) | カレンダー作り (小) | マインドフルネス | 1日レク | 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 | たこ焼きツアー | 全体ミーティング /卓球大会 | 音楽研究会 | 1日レク | | 外出レク③ | 子ども講座 (~14時 筋トレなし) |
| | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | | |
| 午前 | 自由活動 (筋トレなし) | UNO大会 | マインドフルネス | 外食ツアー (ラーメン) | オセロ大会 (筋トレなし) 復職支援プログラム | | |
| 午後 | 外出レク④ | カフェツアー② | カレンダー作り (大) | カラオケ大会 | ストラップ作り | | |

○お知らせ○

- ・当日の弁当最終受付の時間は10:00です。
 - ・11月のマインドフルネスは自由参加です。
 - ・11月の月曜日のピラティスはお休みです。
 - ・11月13日(月)よりインフルエンザの予防接種が始まります。事前予約はデイケアの方で受け付けております。
 - ・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。
 - ・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。