

# 2025年5月ディケアカレンダー

	日	月	火	水	木	金	土
					1	2	3
午前					ピラティス <small>復職支援プログラム</small>	パンツアー	自由活動
午後					外出レク① (藤棚)	手芸クラブ	
	4	5	6	7	8	9	10
午前	自由活動	自由活動	自由活動 (3階不可)	みんなで エクササイズ	室内ゲーム <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時まで)
午後				オセロ大会	おかし作り①	散歩	こどもおかし作り
	11	12	13	14	15	16	17
午前	自由活動 (筋トレなし)	ストレッチ /パン作り①	マインドフルネス	みんなで エクササイズ	トランプ大会 <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時まで)
午後	音楽研究会	パン作り①	卓球大会	手話教室	外出レク② (バラ)	おかし作り②	外出レク③
	18	19	20	21	22	23	24
午前	自由活動 (筋トレなし)	『D米』 稲作プロジェクト /ストレッチ	マインドフルネス /料理	みんなで エクササイズ	カレンダー(小) <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時まで)
午後	おやつ作り (日曜日の部)	室内ゲーム	脳トレ	外出レク④ (バラ)	全体ミーティング /カラオケ大会	手芸クラブ	歩いてアイスを 食べに行こう
	25	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 /1日レク	みんなで エクササイズ	パン作り② <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時まで)
午後	トランプ大会	カレンダー (大)	1日レク	コラージュ	パン作り②	音楽研究会	駄菓子屋

## ○お知らせ○

- ・当日の弁当最終受付の時間は10:00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。参加者が多い場合は抽選になります。
- ・毎週土曜日は4階の利用が11時までとなります。プログラムをご参照ください。
- ・外出レク、買い物レク、パンツアー、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。
- ・5/1のピラティスは向かいの富士火災ビルで行います。

◎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ィケアの利用をお控え下さい。