

2025年7月ディケアカレンダー

	日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4	5
午前			マインドフルネス (夏コース)	みんなで エクササイズ	漢字クイズ <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			お菓子作り①	外出レク①	暮らしの教室 (熱中症予防)	手芸クラブ	こども おかし作り
	6	7	8	9	10	11	12
午前	自由活動 (筋トレなし)	ストレッチ	マインドフルネス (夏コース)	みんなで エクササイズ	パン作り① <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	カラオケ大会	カフェツアー	うちわ卓球大会	100均ツアー	パン作り①	UNO大会	ハンドメイド
	13	14	15	16	17	18	19
午前	自由活動 (筋トレなし)	ストレッチ	マインドフルネス (夏コース)	みんなで エクササイズ	パンツアー <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	脳トレ	動画研究会	カラオケ大会	おかし作り②	トランプ大会	手話教室	外出レク②
	20	21	22	23	24	25	26
午前	自由活動 (筋トレなし)	自由活動 (筋トレなし)	マインドフルネス (夏コース)/ 外食レク (スシロー)	みんなで エクササイズ	カレンダー作り (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 & ストレッチ
午後	お菓子作り 日曜日の部 (アイス)		全体ミーティング / かき氷	パン作り②	絵手紙教室	カレンダー作り (大)	駄菓子屋
	27	28	29	30	31		
午前	自由活動 (筋トレなし)	ストレッチ / 1日レク	マインドフルネス	みんなで エクササイズ	オセロ大会 <small>復職支援プログラム</small>		
午後	イントロクイズ	1日レク	わなげ大会	クイズ / かき氷	外出レク③ (ソフトクリームを 食べに行こう♪)		

○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。
- ・7/5、7/12、7/19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。
- ・小学生の院外へ外出するプログラムへの参加は出来ません。

◎参加者本人が新型コロナウィ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。