

2020年 2月デイケアカレンダー

	日	月	火	水	木	金	土
							1
午前							ゆったり ピラティス
午後							カラオケ
	2	3	4	5	6	7	8
午前	輪投げ	すっきり ピラティス	マインドフルネス (筋トレなし)	河津桜ドライブ	筋トレツアー (筋トレなし) <small>復職支援プログラム</small>	ゆったり ピラティス	ゆったり ピラティス
午後	ランニング クイズ	豆トーク 「やっつけたい鬼」	豆つまみ大会	バーチャル サイクリング	ダンベル体操 (カラオケ使用不可)	音楽研究会	みんなで 歌おう
	9	10	11	12	13	14	15
午前	散歩	すっきり ピラティス	建国記念日	くらしの教室	UNO大会 (筋トレなし) <small>復職支援プログラム</small>	ゆったり ピラティス	ゆったり ピラティス
午後	カラオケ	体力勝負大会		おやつ作り	ストレッチ講座	お茶と俳句を 詠む会	パン作り
	16	17	18	19	20	21	22
午前	ストレッチ	すっきり ピラティス	マインドフルネス (筋トレなし)	漢字王決定戦	男の料理 (筋トレなし) <small>復職支援プログラム</small>	ゆったり ピラティス	ゆったり ピラティス
午後	ダブルス 卓球大会	おしゃべり サロン	全体ミーティング	梅見ツアー	カレンダー作り	卓球大会	プチ運動会
	23	24	25	26	27	28	29
午前	天皇誕生日	振替休日	マインドフルネス (筋トレなし)	外出レク	大富豪大会 (筋トレなし) <small>復職支援プログラム</small>	ゆったり ピラティス	ゆったり ピラティス
午後			カレンダー作り	外出レク	Wiiボウリング 大会	毛筆・硬筆	外出レク

○お知らせ○

・風邪やインフルエンザが流行っています。風邪症状のある方はマスクを着用してください。熱のある方は、スタッフに申し出て下さい。

