

# 2020年 7月 デイケアカレンダー

	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	4
午前				脳トレ (漢字)	歩いてスイーツ (アイス) (筋トレなし) <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				コラージュ	毛筆・硬筆	水彩画	楽器を弾こう
	5	6	7	8	9	10	11
午前	ストレッチ	ピラティス & ストレッチ	マインドフルネス (筋トレなし)	ドライブ	くらしの教室 (熱中症) (筋トレなし) <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	ダブルス 卓球大会	七夕飾り 作り	おしゃべり サロン(七夕)	ドライブ	クイズ	バーチャル サイクリング	輪投げ
	12	13	14	15	16	17	18
午前	ダンベル 体操	ピラティス & ストレッチ	マインドフルネス (筋トレなし)	カラオケ 大会	UNO大会 (筋トレなし) <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	ランニング クイズ	ストレッチ	詩をこよなく 愛する会	wiiダンス	おやつ作り	全体 ミーティング	さんぽ
	19	20	21	22	23	24	25
午前	ストレッチ	ピラティス & ストレッチ	マインドフルネス (筋トレなし)	Wii ボーリング	たこ焼き教室	たこ焼き・ プロへの道	ピラティス & ストレッチ
午後	水彩画	カレンダー 作り	買い物ツアー	アイドル 研究会	/	/	スイーツめぐり (アイス)
	26	27	28	29	30	31	
午前	ダンベル体操	ピラティス & ストレッチ	マインドフルネス (筋トレなし)	パン作り	大富豪大会 (筋トレなし) <small>復職支援プログラム</small>	ピラティス & ストレッチ	
午後	カラオケ	カレンダー 作り	折り紙クラブ	音楽研究会	卓球大会	絵手紙教室	

## ○お知らせ○

①2020年4月から祝日もデイケアを開所することになりました。利用時間は9時から12時まで。送迎と昼食の提供はありません。

②新型コロナウイルスの感染予防の為に、デイケアに来られる前に検温をして来院してください。咳が出る方はマスクを着用してください。また37.5℃以上の方は自宅で静養してください。

③6月より昼食のお弁当はお持ち帰りできません。

## ○その他○

①気温が高くなってきたので、運動される方はタオルや着替えを用意してください。