

2021年 12月 デイケアカレンダー

	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	4
午前				新参者MT	ダイエット講座 (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				さんぽ	体力勝負 ※大人おやつ作り メニュー決め	ゆったり刺し子	外出レク①
	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 入門コース ／パンツアー①	生活講座 (詐欺について)	日本語クイズ (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	イントロクイズ	卓球大会 (平日の部)	ハンドメイド① (クリスマスツリー)	コラージュ	大人のおやつ作り	100均ツアー	脳トレ
	12	13	14	15	16	17	18
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 入門コース	SST (筋トレなし)	パンツアー② (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	カラオケ大会 (日曜日の部)	イントロクイズ	映画上映会	ハンドメイド②	全体ミーティング 室内ゲーム (輪投げ)	絵手紙教室 (年賀状)	スリッパ 卓球大会
	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 入門コース	クリスマス会	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	漢字クイズ	カレンダー作り	折り紙 (クリスマス飾り)	クリスマス会 (筋トレなし)	カレンダー作り	Wiiゲーム大会	子どもの おやつ作り
	26	27	28	29	30	31	
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 入門コース	ヨガ&ストレッチ	カラオケ	ゆったり過ごそう	
午後	卓球大会 (日曜日の部)	外出レク②	おしゃべりサロン (今年を振り返ろう)	大掃除	動画研究会	年末カラオケ 歌合戦	

○お知らせ○

☆12/29～1/3の送迎は旧今治市内のみになります。

☆今月のマインドフルネス(入門コース)は事前に申し込みされた方のみ参加可能です。

見学は随時受け付けています。

☆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、締め切り日と人数制限がありますので、早めに赤ファイルの参加申込書にご記入ください。

☆小中学生ミーティングは月初めに個別にスタッフと行うようになりました。スタッフが声をかけるので一緒に目標を決めていきましょう。

☆当日のデイケアへの登録は外来受付ではなく、デイケアフロアまで上がり直接記入をするようにして下さい。

◎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。

※状況によりプログラムを変更する場合があります。ご了承ください。