

# 2024年9月デイケアカレンダー

	日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6	7
午前	自由活動 (筋トレなし)	ストレッチ	マインドフルネス (秋コース)	パンツアー	刺し子 <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	音楽研究会	室内ゲーム / かき氷	トランプ大会	外出レク① (風和里)	卓球大会	脳トレ
	8	9	10	11	12	13	14
午前	外出レク② (わいわいフェスタ) (筋トレなし)	ストレッチ/ お菓子作り (大人)	マインドフルネス (秋コース) /1日レク	みんなで エクササイズ	ジェンガ大会 <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 & ストレッチ
午後	カラオケ大会	お菓子作り (大人)	1日レク	映画上映会	100均ツアー / こどもSST	Wiiボウリング	お菓子作り (こども)
	15	16	17	18	19	20	21
午前	自由活動 (筋トレなし)	自由活動 (4階のみ)	マインドフルネス (秋コース)	みんなで エクササイズ	外食ツアー <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 & ストレッチ
午後	お菓子作り (日曜日)		クイズ	ハンドメイド①	ハンドメイド②	カレンダー作り (大)	外出レク③
	22	23	24	25	26	27	28
午前	自由活動	自由活動	マインドフルネス (秋コース) /カレンダー作り (小)	みんなで エクササイズ	料理 <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			パン作り	外出レク④ (イオン新都市)	カラオケ大会	カフェツアー	こども講座/ 駄菓子屋
	29	30					
午前	自由活動 (筋トレなし)	ストレッチ					
午後	クイズ	散歩					

## ○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。
- ・筋トレが出来ない日もあります。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。
- ・ハンドメイドは3回とも参加可能な方が対象になります。詳しくはスタッフに確認をお願い致します。

◎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イケアの利用をお控え下さい。

※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。