

2026年 02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 /恵方巻を食べよう | みんなで エクササイズ | ジエンガ大会 (筋トレなし) | ピラティス & ストレッチ | ピラティス (4階11時まで) /子供SST |
| 午後 | カラオケ大会 | トランプ大会 | 音楽研究会 | 外出レク① | 復職支援プログラム パン作り① | 子供SST /Wiiボーリング | 卓球大会 |
| | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 午前 | 自由活動 (筋トレなし) | ストレッチ | マインドフルネス | 自由活動 | カードゲーム (筋トレなし) | ピラティス & ストレッチ | ピラティス (4階11時まで) /子供SST |
| 午後 | 外出レク② | ハンドメイド | 室内ゲーム | | 復職支援プログラム お菓子作り① | カフェツアー | イントロクイズ |
| | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 午前 | 自由活動 (筋トレなし) | ストレッチ | マインドフルネス /1日レク | みんなで エクササイズ | 料理 (筋トレなし) | ピラティス & ストレッチ | ピラティス (4階11時まで) /子供SST |
| 午後 | 漢字クイズ | パン作り② | 1日レク | 全体ミーティング /カレンダーカード | カラオケ大会 | 子供SST /100均ツアー | 外出レク③ |
| | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 午前 | 散歩♪ (筋トレなし) | 自由活動 | マインドフルネス /外食レク (ラーメンツアー) | みんなで エクササイズ | パンツアー (筋トレなし) | ピラティス & ストレッチ | ピラティス (4階11時まで) /子供SST |
| 午後 | お菓子作り② | | カレンダーカード | お菓子作り③ | 復職支援プログラム 外出レク④ 梅を見る会 | オセロ大会 | 駄菓子屋 |
| 午前 | | | | | | | |
| 午後 | | | | | | | |

○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。

- ・外出レクは、①～④のうちの、計2回までです。
- ・お菓子作りは、①～③のうちの計1回までです。
- ・外出レク、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。