2026年　　06月　デイケアカレンダー

	日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5	6
午前		ストレッチ	マインドフルネス	みんなで エクササイズ	プラパン作り （筋トレなし）	YouTubeで ヨガをしよう	うちわ卓球 /こども講座 （4階11時まで）
午後		外出レク①	ジェンガ大会	カフェツアー	集団認知行動療法 音楽研究会	カードゲーム	カラオケ /公園に行こう （子供）
	7	8	9	10	11	12	13
午前	自由活動 （筋トレなし）	ストレッチ	マインドフルネス	みんなで エクササイズ	室内ゲーム （筋トレなし）	ピラティス ＆ ストレッチ	ピラティス /こども講座 （4階11時まで）
午後	Wiiボウリング	輪投げ大会	100均ツアー	パン作り①	集団認知行動療法 外出レク②	お菓子作り①	駄菓子屋
	14	15	16	17	18	19	20
午前	自由活動 （筋トレなし）	ストレッチ /D米プロジェクト	マインドフルネス /1日レク	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 /こども講座 （4階11時まで）
午後	カラオケ大会	買い物ツアー （夏服を買おう）	1日レク	外出レク③ （紫陽花）	集団認知行動療法 お菓子作り②	バーチャル トラベル	子供お菓子作り
	21	22	23	24	25	26	27
午前	散歩	ストレッチ	マインドフルネス	みんなで エクササイズ	オセロ大会 （筋トレなし）	ピラティス ＆ ストレッチ	ピラティス /こども講座 （4階11時まで）
午後	癒しの動画 研究会	全体ミーティング /ハンドメイド	パン作り②	カレンダー小	集団認知行動療法 誕生日会 （筋トレなし）	カラオケ大会	外出レク④
	28	29	30				
午前	イントロドン （4階11時まで）	ストレッチ	マインドフルネス				
午後	脳トレ	カレンダー大	UNO大会				

〇お知らせ〇

・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。

・スタッフの人数によって、4階の利用時間を短縮する日があります。
・外出レクは4回のうち、2回までです。
・外出レク、パンツア―、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。