2026年　12月　デイケアカレンダー

	日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4	5
午前			マインドフルネス 冬コース	ストレッチ	トランプ大会 （筋トレなし） 復職支援プログラム	ピラティス & ストレッチ	ピラティス/ こども講座 （筋トレなし）
午後			動画研究会	輪投げ大会	外出レク① 紅葉を見に行こう	クリスマス 飾り作り	ジェンガ大会
	6	7	8	9	10	11	12
午前	自由活動	ストレッチ	マインドフルネス 冬コース	パンツアー	脳トレ （筋トレなし） 復職支援プログラム	ピラティス & ストレッチ	ピラティス & ストレッチ
午後	卓球大会	カラオケ大会	買い物ツアー 冬服を買いに 行こう！	暮らしの教室 感染症対策 （筋トレ14時～）	お菓子作り①	お菓子作り②	外出レク②
	13	14	15	16	17	18	19
午前	みなとマルシェ にお散歩しよう	ストレッチ	マインドフルネス 冬コース	みんなでex	手話教室 （筋トレなし） 復職支援プログラム	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③	駄菓子屋	パン作り①	外出レク③	絵手紙教室	スリッパ 卓球大会	全体MT/ UNO大会
	20	21	22	23	24	25	26
午前	自由活動	ストレッチ	マインドフルネス / クリスマス会 （筋トレなし）	みんなでex	カレンダー小 （筋トレなし） 復職支援プログラム	ピラティス & ストレッチ	ピラティス & ストレッチ
午後	モルック	パン作り②	クリスマス会 （筋トレなし）	クリスマスケーキ デコレーション をしよう	外出レク④	クリスマス カラオケ歌合戦	カレンダー（大）
	27	28	29	30	31		
午前	自由活動	ストレッチ	イントロドン	ストレッチ	3階をきれい にしよう！		
午後	クイズ	子どもイベント	オセロ大会	4階をきれい にしよう！	おしゃべりサロン 今年を振り返ろう		

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。
- 今年のクリスマス会はビンゴ大会はありません。ご了承ください。
- 外出レクは、①～④のうち、計２回まで参加できます。
- 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。