

	月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5	6	7
午前	フリースポーツ・ミニバレー つまみ細工	フリースポーツ 初心者パソコン講座 心理教育	フリースポーツ ウォーキング ネイルケア	調理クラブ 音楽鑑賞	ミニバレー ウォーキング 心理教育		
午後	ミニバレー ウォーキング	テニス部	パソコン講座 映画鑑賞 やさしいヨガ	フリースポーツ 陶芸・籐細工 ボクササイズ	エクササイズ 楽しい縫い物 脳トレ		
	8	9	10	11	12	13	14
午前	フリースポーツ・ミニバレー 創作活動	フリースポーツ 初心者パソコン講座	フリースポーツ ウォーキング ネイルケア	外出プログラム①🚌 〈ペンギンペーカリー〉	ミニバレー ウォーキング		
午後	ウォーキング 革細工	テニス部	行事①🎲	フリースポーツ 陶芸・籐細工 つまみ細工	エクササイズ 楽しい縫い物 手抜きスイーツ		
	15	16	17	18	19	20	21
午前	フリースポーツ・ミニバレー つまみ細工	イントロクイズ 初心者パソコン講座 心理教育	行事②🏆 〈第8回モルック大会〉	プレミアムウォーキング	ミニバレー ウォーキング 心理教育		
午後	ミニバレー ウォーキング	外出プログラム②🚌 〈2日の話し合いで 決めたところ〉	パソコン講座 音楽鑑賞 やさしいヨガ	フリースポーツ 陶芸・籐細工 フラワーアレンジメント	エクササイズ 楽しい縫い物 脳トレ		
	22	23	24	25	26	27	28
午前	フリースポーツ・ミニバレー つまみ細工	フリースポーツ・ミニバレー 初心者パソコン講座	フリースポーツ ネイルケア	グループワーク 心理教育	※アリーナ使用不可 カーリング カラオケ		
午後	ウォーキング 革細工	おやつクラブ レザークラフト	外出プログラム③🏠 〈三井アウトレットパーク〉	フリースポーツ 陶芸・籐細工 ボクササイズ	エクササイズ 楽しい縫い物 脳トレ		
	29	30	<p>〈お知らせ〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ●裏面の〈デイケアよりお知らせ〉も必ず確認して下さい。 ●ホワイトボードでお知らせをしているプログラムが多数あります。各自確認をお願いします。 				
午前	フリースポーツ・ミニバレー 創作活動	フリースポーツ 初心者パソコン講座					
午後	ミニバレー ウォーキング	ミニ行事🍷					

■フリースポーツ：卓球・ウォーキング・キャッチボール・バドミントンなど好きな運動に参加できるプログラム

■プレミアムウォーキング：外部講師によるウォーキングプログラム ■グループワーク：医療・福祉について気になること・知りたいことを話し合う場です。