

	月	火	水	木	金
	2	3	4	5	6
午前	年末年始のお休みとなります。		書初め 初詣 三吉神社	ルーシーダットン	朗読の会
午後			書初め 初詣 三吉神社	油絵クラブ	レクリエーション
	9	10	11	12	13
午前	成人の日	健康教室 振り返り 体力測定	「はたらく前に」講座 希望プログラム 季節の絵手紙	寝落ちヨガ	朗読の会
午後		ミーティング	希望プログラム 健康促進部	油絵クラブ	レクリエーション
	16	17	18	19	20
午前	全体ミーティング	健康教室 振り返り 体力測定	希望プログラム パソコン教室 ひよこ組	ルーシーダットン	朗読の会
午後	スポーツ カラオケ	創作活動	希望プログラム パソコン教室 Excel	油絵クラブ	レクリエーション
	23	24	25	26	27
午前	全体ミーティング	健康教室 おなか引きしめ体操 ダイヤモンド体操	「はたらく前に」講座 希望プログラム	寝落ちヨガ	朗読の会
午後	スポーツ カラオケ	ミーティング	希望プログラム 健康促進部	染物教室	レクリエーション
	30	31	活動紹介 ・革細工                      ・オープン陶芸                      ・モルック ・書道                              ・布草履作り                      ・ダーツ ・UVレジン                      ・アイロンビーズ                      ・ポッチャ ・プラモデル                      ・シグソーパズル                      ・卓球バレー なども行うことができます。 お気軽にスタッフにお声がけ下さい。		
午前	全体ミーティング 季節の飾り作り	健康教室 ツボ押し ダイヤモンド体操			
午後	スポーツ カラオケ	創作活動			

デイケアからのお知らせ

- 新年は4日から開始となります。今年もよろしく願いいたします。
- 4日の午前・午後共に書初めを行います。その日に参加できなくても、書いていただいた作品を壁に飾る予定です。
- 4日の午前・午後共に広面にあります、三吉神社に初詣に行きます。午前は10時、午後は13時10分に出発予定となっています。
- 10日、17日の健康教室では令和4年に計測した体組成計のデータをもとに一人一人振り返りを行うとともに、握力や長座体前屈等の体力測定を行う予定です。どちらも定期的に行いますので、自身の健康を見つめなおすいい機会だと思いますので、多数の参加をお待ちしております。詳しくはデイケアスタッフにご確認ください。
- 11日からは「はたらく前に」講座を実施します。1月から3月の第2、第4水曜日の午前中、全6回を予定しております。詳細はポスターを掲示しておりますのでご確認ください。参加には主治医の許可が必要となりますのでご了承ください。