

	月	火	水	木	金
	2	3	4 (青チーム:春日アンサンブル)	5	6 (金曜・赤チーム)
AM	文化の日	文化の日	体重測定 & 朝の会		体重測定 & 朝の会
PM			「心身のメンテナンス」		「心身のメンテナンス」
	9	10	11 (赤チーム:ひばりーず)	12	13 (金曜・青チーム)
AM		体重測定 & 朝の会	体重測定 & 朝の会		体重測定 & 朝の会
PM		「心身のメンテナンス」	「青空☆エクササイズ」 杉本 季依美 先生 *雨天時は屋内		「心身のメンテナンス」
	16	17	18 (青チーム:春日アンサンブル)	19	20 (金曜・赤チーム)
AM			朝の会		朝の会
PM			「心身のメンテナンス」		「心身のメンテナンス」
	23	24	25 (赤チーム:ひばりーず)	26	27 (金曜・青チーム)
AM	勤労感謝の日	朝の会	朝の会		朝の会
PM		「心身のメンテナンス」	「心身のメンテナンス」		「心身のメンテナンス」
AM		コロナ疲れ解消 「ハーブ & アロマ」 石崎 緑子 先生	「心身のメンテナンス」		No Music, No Life 「Special Jazz Day!!」 外山 安樹子/関口 宗之
PM		「心身のメンテナンス」	「ヒバリ」の青空☆音楽 磯上先生/小山先生/武沢先生 *雨天時は屋内		「心身のメンテナンス」



いよいよデイケアが再開しました。少ない人数ですが、そのぶん、密度は濃くなりました！しっかりと心身と脳の機能を整えていきましょう！

### <注意事項>

\*ご利用は**完全予約制**です

\*ご利用予定日の**1週間前**までに必ずデイケア受付までご予約下さい

\*必ず**マスク**をご着用下さい

\*筆記用具、上履き、飲み物はご持参下さい

\***8時半～9時**の間に、ご来館下さい。遅れる場合は**お電話**を！

ジャズピアニストの外山さんと、ジャズベーシスト関口さんとのデュオ演奏をお楽しみ下さい！