

	月	火	水	木	金
A M	 <p>デイケア参加時の注意事項</p> <p>◆必ず「新型コロナウイルスチェックシート」をご記入の上、ご持参下さい</p> <p>◆デイケアは完全予約制ですので、参加したい日の1週間前まえにご予約を済ませて下さい</p>			1	2 (金曜・赤チーム)
					朝の会&知的活動
					使うほどに若返る 「心と体の機能向上 エクササイズ」 杉本 季依美 先生
A M	5	6	7 (青チーム:春日アンサンブル)	8	9 (金曜・青チーム)
	朝の会&知的活動		朝の会&知的活動	朝の会&知的活動	
使うほどに若返る 「心と体の機能向上 エクササイズ」 杉本 季依美 先生		使うほどに若返る 「心と体の機能向上 エクササイズ」 杉本 季依美 先生		「芸 術」 及部 智子先生	
A M	12	13	14 (赤チーム:ひばりーず)	15	16 (金曜・赤チーム)
	朝の会&知的活動		朝の会&知的活動	朝の会&知的活動	
勇ましく、たおやかに 「和クササイズ」 西崎 鼓美 先生		「ヒバリ」の音楽♪ 磯上朋子先生/宮武先生		「ものづくり大学」 羽田 舞子 先生	
A M	19	20	21 (青チーム:春日アンサンブル)	22	23 (金曜・青チーム)
	朝の会&知的活動		朝の会&知的活動	朝の会&知的活動	
「芸 術」 及部 智子先生 *4/9とは異なる内容です		「春日アンサンブル☆音楽」 折山先生/宮武先生		「楽しむエクササイズ」 梯THF 尾形 直美 先生 *タオル持参	
A M	26	27	28 (赤チーム:ひばりーず)	29	30
	朝の会&知的活動		朝の会&知的活動	昭和の日	
「認知行動療法」 ～四角い頭を丸くする～ 羽田 舞子 先生		体力・筋力維持 「しっかりエクササイズ」 小山 雅弘 先生			