

		月	火	水	木	金	土
第1週		1	2	3	4	5	6
	午	★ゲーム会 ・フリー	▲買い物さんぽ ★手工芸 ・フリー	▼卓球 ◆園芸 ・フリー	▲ウォーキング ●バラエティ カウンセリング ・フリー	★コーラス ★麻雀 ・フリー	
	前	●脳活 ◆半日外出(※) 「真光寺公園」 ・フリー	★映画鑑賞 ■SST ・フリー	★映像・音楽鑑賞 ■こころカフェCBT ・フリー	★カラオケ ■IMRリカバリー ・フリー	▼テニス(※) ★麻雀 ・フリー	
後							
第2週		8	9	10	11	12	13
	午	メンバー ミーティング	▲買い物さんぽ ★手工芸 ・フリー	▼卓球 ●喫茶シルクロード ・フリー	建国記念の日 	★手話 ★麻雀 ・フリー	のんびり  土曜デイケア PM土曜デイケア企画 「稻城弁天洞窟」
	前	●脳活 ◆半日外出(※) 「多摩東公園」 ・フリー	▲3B体操 ★映画鑑賞 ・フリー	★映像・音楽鑑賞 ■こころカフェCBT ・フリー		▼スポーツ 「ボーリング」 ★麻雀 ・フリー	
後							
第3週		15	16	17	18	19	20
	午	★ゲーム会 ・フリー	▲買い物さんぽ ★手工芸 ・フリー	▼卓球 ◆園芸 ・フリー	▲ウォーキング ●バラエティ カウンセリング ・フリー	★コーラス ★麻雀 ・フリー	お休み 
	前	●脳活 ◆半日外出(※) 「府中郷土の森」 ・フリー	★カラオケ ■SST ・フリー	★映像・音楽鑑賞 ■こころカフェCBT ・フリー	◆女性限定 「消毒液作り」 ★カラオケ ・フリー	▼テニス(※) ★麻雀 ・フリー	
後							
第4週		22	23	24	25	26	27
	午	●教育ABC 「コロナウイルス 感染予防」	天皇誕生日 	▼卓球 ●喫茶シルクロード ・フリー	▲ウォーキング ★創作 ・フリー	★手話 ★麻雀 ・フリー	のんびり  土曜デイケア フォローアップグループ 
	前	●脳活 ◆半日外出(※) 「多摩グリーン ライブセンター」 ・フリー		★映像・音楽鑑賞 ■こころカフェCBT ・フリー	★手工芸(UVレジン) ◆男性専科(※) 「薬師池公園」 ・フリー	▼スポーツ 「卓球」 ★麻雀 ・フリー	
後							
第5週	<p>＜今月のプログラム＞</p> <p>*2月5日は行事食です。2月3日までにデイケア掲示板にある予約ポスターに名前の記入をお願いいたします。</p> <p>*お楽しみ料理、お茶会など飲食を伴うプログラムは、しばらくの間お休みさせていただきます。</p> <p>*コロナウイルス感染予防の為、プログラムや内容を変更する場合があります。</p> <p>(マークの見方)          ●教育、学習、就労系 ★趣味、余暇系 ▲健康づくり系          ■対人スキル系 ▼スポーツ系 ◆生活力アップ系</p> <p>(※)←事前申込みが必要です。詳しくはポスターをご参照下さい。</p> <div style="text-align: right;">   </div>						