

		月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5	6
第1週	午	★ゲーム会 ・フリー	▲買い物さんぽ ★手工芸 ・フリー	文化の日 	▲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(※) 「生田緑地パラ苑」 ・フリー	★カラオケ ■SST ・フリー		◆女性限定 「映画鑑賞」 ★カラオケ ・フリー	▼テニス(※) ★麻雀 ・フリー	
	後						
第2週	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	▲ウォーキング ★創作 ・フリー	★手話 ★麻雀 ・フリー	お休み 
	前	●脳活 ◆半日外出(※) 「忠生公園」 ・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	★手工芸(UVレジン) ◆男性専科(※) 「桜ヶ丘公園」 ■IMRリカバリー ・フリー	▼スポーツ 「公園スポーツ」 ★麻雀 ・フリー	
	後						
第3週	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(※) 「多摩動物公園」 ・フリー	◎展示作品作り ・フリー	★映像・音楽鑑賞 ■こころカフェCBT ・フリー	◆女性限定 「スノードーム作り」 ★カラオケ ・フリー	▼テニス(※) ★麻雀 ・フリー	
	後						
第4週	午	★ゲーム会 ・フリー	勤労感謝の日 	▼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	土曜デイケア PMフォローアップグループ 
	前	●脳活 ◆半日外出(※) 「薬師池公園」 ・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(※) 「長池公園」 ■IMRリカバリー ・フリー	▼スポーツ 「ラインナップ」 ★麻雀 ・フリー	
	後						
第5週	午	◎忘年会 話し合い① 	▲買い物さんぽ ★手工芸 ・フリー	<今月のプログラム> *11月10日は行事食です。11月8日までにデイケア掲示板の 予約ポスターに名前の記入をお願いいたします。 *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。 (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 (※)←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。			
	前	●脳活 ◆半日外出(※) 「芹が谷公園」 ・フリー	★カラオケ ■SST ・フリー				
	後						