











		月	火	水	木	金	土
第1週	午	<今月のプログラム> *12月10日(金)は行事食です。 食事を召し上げられる方はDC掲示板の ポスターに12月8日(水)までに 記入をお願い致します。		1	2	3	4
	前	(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ください。		▼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 
	後			★映像・音楽鑑賞 ■こころカフェCBT ・フリー	◆女性限定 「多摩センター」 ★カラオケ ・フリー	▼テニス(※) ★麻雀 ・フリー	
6	7	8	9	10	11		
第2週	午	◎忘年会 話し合い②	▲買い物さんぽ ★手工芸 ・フリー	★映像・音楽鑑賞 ▼卓球 ・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	★映画鑑賞 ◆半日外出(※) 「ズーシア」 ・フリー	★カラオケ ■SST ・フリー	●喫茶オープン (デイケア棟) テイクアウトのみ ・フリー	★手工芸(UVレジ)	▼スポーツ 「公園スポーツ」	
	後				◆男性専科(※) 「スリフトモール」 ■IMRリカバリー ・フリー	★麻雀 ・フリー	
第3週	午	13	14	15	16	17	18
	前	メンバー ミーティング	▲買い物さんぽ ★手工芸 ・フリー	◎大掃除 フロア/キッチン 玄関/窓 和室/活動室 等	▲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 
	後	●脳活 ◆半日外出(※) 「永山ブックオフ」 ・フリー	▲3B体操 ★映画鑑賞 ・フリー	◎慰労会 	◆女性限定 「クリスマス会」 ★カラオケ ・フリー	▼テニス(※) ★麻雀 ・フリー	
20	21	22	23	24	25		
第4週	午	★ゲーム会 ・フリー	▲買い物さんぽ ★手工芸 ・フリー	◎忘年会 話し合い④	▲ウォーキング ★創作 ・フリー	★手話 ★麻雀 ・フリー	のんびり ゆっくり.. 土曜デイケア フォローアップグループ 
	前	★カラオケ ◆半日外出(※) 「鶴間公園」 ・フリー	◎忘年会 話し合い③	★映像・音楽鑑賞 ■こころカフェCBT ・フリー	★手工芸(UVレジ) ◆男性専科(※) 「グリーンライブセンター」 ■IMRリカバリー ・フリー	◎忘年会 話し合い⑤ (事前準備)	
	後						
第5週	午	27	28	29	30	31	
	前	デイケア 忘年会	デイケア 忘年会	*コロナウイルス感染防止の為プログラム内容変更する場合があります。 *大掃除を15日に行います。日頃のデイケアに感謝しながら、気持ちよく 一年を締めくくりましょう。 *今年は27日、28日と忘年会を行います。コロナウイルス感染症対策として 2日間に分けて実施します。参加出来る日にちをポスターに記入を お願い致します。 *1月5日は新年会です。			
	後			12/29~1/4までお休み			