

	月 3	火 4	水 5	木 6	金 7	土 8		
AM	1/3まで 年始休み	音楽サークル 10:30～11:30	おえかきサークル 10:30～11:30	すう～トレッチ 10:15～11:30	みんなでアート 10:30～11:30	ひまわり農園 10:15～	ヨガ 10:00～11:30	アート① 10:15～11:30
PM		デイケアミーティング 13:30～14:10		フラワー 13:30～14:45	スポーツ ウォーキング(大宮第三) 13:30～15:00	ウォーキング 13:15～13:45	勉強会① 14:00～15:00	書初め① 13:00～14:45
		新春！すごろく大会 14:20～15:00						
	10	11	12	13	14	15		
AM	成人の日	音楽サークル 10:30～11:30	卓球	すう～トレッチ 10:15～11:30	みんなでアート 10:30～11:30	ヨガ 10:00～11:30	アート②イベント 10:15～11:30	
PM		SST① 13:30～14:45	折り紙 14:30～15:00	フラワー 13:30～14:45	スポーツ ウォーキング(三橋) 13:30～15:00	ゆるらくエクササイズ 13:00～13:45	書初め② 13:00～14:45	
						勉強会② 14:00～15:00		
	17	18	19	20	21	22		
AM	アロマセラピー 10:30～11:30	音楽サークル 10:30～11:30	おえかきサークル 10:30～11:30	すう～トレッチ 10:15～11:30	みんなでアート 10:30～11:30	ひまわり農園 10:15～	ヨガ 10:00～11:30	アート③ 10:15～11:30
PM	フィットネス 13:00～14:00	SST② 13:30～14:45	ちぎり絵 13:30～14:30	フラワー 13:30～14:45	スポーツ ウォーキング(大宮第三) 13:30～15:00	プラザノース ギターコンサート 12:50～14:30	ペン字 13:00～14:45	
	茶話会 14:30～15:00							
	24	25	26	27	28	29		
AM	アロマセラピー 10:30～11:30	音楽サークル 10:30～11:30	卓球	すう～トレッチ 10:15～11:30	園芸クラフト 10:15～11:30	ヨガ 10:00～11:30	アート④ 10:15～11:30	
PM	フィットネス 13:00～14:00	SST③ 13:30～14:45	折り紙 14:00～15:00	フラワー 13:30～14:45	院外活動 氷川神社 13:30～15:00	エアロビクス 13:00～13:45	ペン字 13:00～14:45	
	茶話会 14:30～15:00					お誕生日会 14:00～15:00		
	31							
AM	アロマクラフト 10:30～11:30							
PM	フィットネス 13:00～14:00							
	茶話会 14:30～15:00							



2022年が始まりました！本年もよろしく申し上げます♪
デイケアひまわりスタッフ一同



各種イベントやプログラムの詳細は新聞内容、ポスターをご確認ください。	各プログラムテーマ ＜アート＞ ①イメージ画 ②イベント：プラバン版画 ③めいえ ④コラージュ 【脳トレ】 漢検・英検や点つなぎ・迷路などのプリントを用意しています。 楽しく頭の体操をしましょう！	＜勉強会＞ ＊デキケア利用開始したばかりの方を対象に行っていたルキー勉強会（社会資源・デキケアについて、薬・病気について）は、内容を編集しエキスパート勉強会にて定期的に行います。 もし早めに知りたい事柄がありましたら、スタッフまでお声掛けください。
---	--	---