



プログラム 予定表

~デイケアいなほ~

時間	月 29	火 30	水 31	木 1	金 1	土 2	
9:30 - 10:30	<お知らせ>					座談会	土曜デイケア (フリー)
10:40 - 11:30	☆活動室でのプログラムの他、デイケア共通プログラムもあります。					フリー	
13:00 - 14:30	☆パンションの方は、16日13:10からパンション友の会があります。 ☆みなさんからのアイデアをもとに、新しいプログラムを導入します。アイデア募集中です！					リラックス カラオケ	
	4	5	6	7	8	9	
9:30 - 10:30	Plan of Action &Let's脳トレ		自主活動	エクササイズ	座談会	土曜デイケア (フリー)	
10:40 - 11:30	ここ天	自主活動 11:10 リズムストレッチ	プロジェクト		フリー		
13:00 - 14:30	自主活動	ヘルスプロモーション	フリー Japan class	自主活動	リラックス カラオケ		
	11	12	13	14	15	16	
9:30 - 10:30	Plan of Action &Let's脳トレ		自主活動	エクササイズ (徳田)	座談会	土曜デイケア (フリー)	
10:40 - 11:30	ここ天	自主活動 11:10 リズムストレッチ	プロジェクト		フリー		
13:00 - 14:30	自主活動	ヘルスプロモーション	フリー Japan class	自主活動	リラックス カラオケ		
	18	19	20	21	22	23	
9:30 - 10:30	Plan of Action &Let's脳トレ		自主活動		座談会	土曜デイケア (フリー)	
10:40 - 11:30	ここ天	自主活動 11:10 リズムストレッチ	プロジェクト		メンバーミーティング		
13:00 - 14:30	自主活動	ヘルスプロモーション	フリー Japan class		リラックス カラオケ		
	25	26	27	28	29	30	
9:30 - 10:30	Plan of Action &Let's脳トレ		自主活動	エクササイズ (徳田)	座談会	土曜デイケア (フリー)	
10:40 - 11:30	ここ天	自主活動 11:10 リズムストレッチ	プロジェクト		フリー		
13:00 - 14:30	自主活動	ヘルスプロモーション	フリー Japan class	自主活動	リラックス カラオケ		