

プログラム 予定表

 ～デイケアいなほ～

時間	月	火	水	木	金	土
	3	4	5	6	7	8
9:30 - 10:30	Plan of Action &Let's脳トレ	自主活動	自主活動	フリー	座談会	土曜デイケア (フリー)
10:40 - 11:30	ここ天	11:10 リムストレッチ		エクササイズ	フリー	
13:00 - 14:30	自主活動	りかば	フリー	ホリスティック ヘルス	Japan Class カラオケ	
	10	11	12	13	14	15
9:30 - 10:30	Plan of Action &Let's脳トレ	自主活動	自主活動	フリー	座談会	土曜デイケア (フリー)
10:40 - 11:30	ここ天	11:10 リムストレッチ		リラックス	フリー	
13:00 - 14:30	自主活動	アクティビティ	フリー	りかば	Japan Class カラオケ	
	17	18	19	20	21	22
9:30 - 10:30	Plan of Action &Let's脳トレ	自主活動	自主活動	フリー	座談会	土曜デイケア (フリー)
10:40 - 11:30	ここ天	11:10 リズムストレッチ		エクササイズ	フリー	
13:00 - 14:30	自主活動	ホリスティック ヘルス	フリー	アクティビティ	Japan Class カラオケ	
	24	25	26	27	28	29
9:30 - 10:30	Plan of Action &Let's脳トレ	自主活動	自主活動	フリー	座談会	土曜デイケア (フリー)
10:40 - 11:30	ここ天	11:10 リズムストレッチ		リラックス	フリー	
13:00 - 14:30	自主活動	りかば	フリー	ホリスティック ヘルス	Japan Class カラオケ	

＜お知らせ＞

- ☆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。
- ☆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。
- ☆パシオンの方は、8日13:10からパシオン友の会があります。

