


**8月**
  
**プログラム 予定表**  
 ~デイケアいなほ~

時間	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
9:30-10:30	<b>&lt;お知らせ&gt;</b>  ☆活動室でのプログラムの他、デイケア共通プログラムも ☆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。 ☆パンションの方は9日13:10から パンション友の会があります。			フリー	座談会	カラオケ  <b>土曜デイケア (フリー)</b>
10:40-11:30				エクササイズ	フリー	
13:00-14:30				アクティビティ	Japan Class カラオケ	
	5	6	7	8	9	10
9:30-10:30	Plan of Action & Let's脳トレ	自主活動	自主活動	フリー	夏祭り	<b>土曜デイケア (フリー)</b>
10:40-11:30	ここ天	11:10 リムストレッチ		リラックス		
13:00-14:30	自主活動	ホリスティックヘルス	フリー	りかば		
	12	13	14	15	16	17
9:30-10:30	   <b>振替休日</b>	自主活動	<b>お盆休み</b> 			<b>土曜デイケア (フリー)</b>
10:40-11:30		11:10 リムストレッチ				
13:00-14:30		フリー				
	19	20	21	22	23	24
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	カラオケ  <b>土曜デイケア (フリー)</b>
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	
	26	27	28	29	30	31
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	カラオケ  <b>土曜デイケア (フリー)</b>
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	散歩	フリー	自主活動	Japan Class カラオケ	