HE	7.17	プカレ	/4-	节和 4:	牛III		
6.17	月	火	水	木	金	土	3
		1日	2日	→ 3日 /	4日	5日 6	日
<i>F</i>	*	卓球	スポーツ		塗り絵・ドリル・ペン字		
午前	411 3	シンプルゲーム	塗り絵・ドリル・ペン字		パソコン相談		ero.
	9			• • • .	スマホ相談		
昼食				文化の日		100000	
午 ①		キウイクラブ・手芸	工作		音楽鑑賞	やきいも	
午 ①		(怒りの気持ちとの向き合い方②) ヨガ(講師)	ウォーキング		Wii ダンベル体操	46	
2	TEI I	ボードゲーム			メンベル体法		
	7日	8日	9日	10日	11日	12日 13	38
		卓球	スポーツ	ミーティング	塗り絵・ドリル・ペン字		_
午	麻雀	シンプルゲーム	塗り絵・ドリル・ペン字	7 7 12 7	パソコン相談		
前	M小 庄			健康体操		1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	
昼食						+ - 3 /	
. ①	ゲートボール	レッツ脳トレ	工作	手芸・パズル	レクリエーション	RIVI	7
午後		手芸	ウォーキング	プラモデル			
(2)	園芸	ヨガ(講師)		映画鑑賞	ダンベル体操		•
	14日	15日	16日	17日	18日	19日 20)日
	トランプ	卓球	スポーツ	ミーティング	塗り絵・ドリル・ペン字		
午	ウノ	シンプルゲーム	塗り絵・ドリル・ペン字	7 7 12 7	パソコン相談	بلا بد ا	
前			至 7 1 7 7 7 7 1	健康体操	スマホ相談		CAP .
昼食					7		*
. ①	ゲートボール	話そう会・手芸	工作	手芸・パズル・プラモ		*	
午		ヨガ(講師)	ウォーキング	羊の飼育体験	Wii	*** **	1
[夜](2)	身体計測	ボードゲーム		(石川県立大学)	ダンベル体操		
Н	21日	22日	↑23日 /	24日	25日	26日 27	70
	<u> </u>		201	<u> </u>	とりは・ 塗り絵・ドリル・ペン字		н
I 4	麻雀	^{字-54} シンプルゲーム		× 1127	パソコン相談		
前	M 性		# L # D =	健康体操	ハノコン作談	All Mills	
昼食			勤労のつ			m m	10
	ゲートボール	レッツ脳トレ	《感謝	手芸・パズル	レクリエーション	RELE	3
午①後		手芸	o B	プラモデル			
2		ヨガ(講師)		映画鑑賞	ダンベル体操		
	28日	29日	30日				
午	トランプ	卓球	スポーツ	11月になり多の	訪れを感じるよう		
一前	人生ゲーム	シンプルゲーム	塗り絵・ドリル・ペン字	になりましたね。こ			
				はどうなることやら			,
昼食	ゲートボール	キウイクラブ・手芸	 工作	月に引き続き羊の	飼育体験を予定 🔪		
4 ①	-//\/\/ 	(脳の疲労)	エ作 ウォーキング	してます。 今月もえ	元気に活動してい	1000	
午 ②		ヨガ(講師)	フター コンソ	きましょう♪			-
		ボードゲーム					
		· · / · / ·					

- * 予定は急に変更になる場合があります。ご了承ください。
- * 各プログラムへの参加は一部を除き自由です。
- *プログラムの主な目的
 - ・対人交流の練習 ・集中力Up
 - ・対処方法を学ぶ・体力Up・・・など様々です。
- ※プログラム以外の活動についてはスタッフにご相談下さい。

1日の流れ

9:30 開所

10:15 ラジオ体操

10:20 朝礼

10:30~11:30 午前プログラム

11:50~12:00 ダンス

12:10~12:40 昼食支援

13:30~ 午後プログラム①

4:40~ 午後プログラム② (ヨガのみ14:30~)

15:40~16:00 終礼