

# 2024年7月のプログラム予定

	月 1	火 2	水 3	木 4	金 5	土 6
午前	グラウンドゴルフ 民謡体操	グラウンドゴルフ チェア体操	グラウンドゴルフ カーヴィーダンス	室内レク 演歌体操・ミニデイ	グラウンドゴルフ チェア体操・創作	グラウンドゴルフ 体操・HM
午後	パターゴルフ 音楽鑑賞	室内レク・なごみ 思い出いきいき体操	室内レク いきいき体操①	パターゴルフ 音楽鑑賞・図書館	生活学習会 太極拳・SST	内観療法 いきいき体操②
	8	9	10	11	12	13
午前	パターゴルフ チェア体操・マスク作り	グラウンドゴルフ 民謡体操	グラウンドゴルフ いきいき体操③	グラウンドゴルフ 体操・ミニデイ	グラウンドゴルフ 思い出いきいき体操	カーリング チェア体操・HM
午後	グラウンドゴルフ 思い出いきいき体操	アディクション学習会 草の根学習	室内レク・図書館 チェア体操	室内レク カラオケ	生活学習会 音楽鑑賞・SST	グラウンドゴルフ いきいき体操④
	15	16	17	18	19	20
午前		室内レク チェア体操	グラウンドゴルフ 思い出いきいき体操	グラウンドゴルフ チェア体操・ミニデイ	グラウンドゴルフ 体操・歌の会	室内レク・パソコン 民謡体操・HM
午後		パターゴルフ 体力測定	室内レク 体力測定	内観療法 いきいき体操④	生活学習会 太極拳・SST	パターゴルフ 音楽鑑賞
	22	23	24	25	26	27
午前	グラウンドゴルフ 演歌体操	グラウンドゴルフ ダンス体操	グラウンドゴルフ あべこべ体操	グラウンドゴルフ マジカル・ミニデイ	パターゴルフ チェア体操・創作	室内レク・パソコン エアロビ・HM
午後	室内レク 七夕飾り作り	室内レク カラオケ・図書館	パターゴルフ DVD鑑賞・マスク作り	室内レク 七夕飾り作り	生活学習会 音楽鑑賞・SST	アディクション学習会 草の根学習
	29	30	31	・天候などにより、予定が変更になることがあります <div style="border: 1px dashed orange; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ HMサークル… 健康体重を目指すプログラム</li> <li>・ SST … 社会生活技能訓練</li> <li>・ なごみ … 若年向けコミュニケーションプログラム</li> <li>・ ミニデイ… 高齢者向け機能低下防止プログラム</li> <li>・ アディクション学習会 … 依存症・嗜癖を学び、回復と継続を目指すプログラム</li> </ul> </div>		
午前	グラウンドゴルフ ダンス体操	グラウンドゴルフ 思い出いきいき体操	グラウンドゴルフ 演歌体操			
午後	室内レク DVD鑑賞	カーリング 七夕飾り作り	ミーティング 清掃美化活動			