

2024年10月のプログラム予定

	月	火 1	水 2	木 3	金 4	土 5
午前		パターゴルフ 演歌体操	グラウンドゴルフ いきいき体操③	室内レク 体操・ミニデイ	グラウンドゴルフ チェア体操	パターゴルフ 民謡体操・PC・HM
午後		室内レク 音楽鑑賞	カーリング ダンス体操	パターゴルフ 思い出いきいき体操	生活学習会 いきいき体操④・SST	室内レク カラオケ
	7	8	9	10	11	12
午前	室内レク チェア体操・踊り	グラウンドゴルフ ダンス体操	室内レク 民謡体操	グラウンドゴルフ チェア体操・ミニデイ	室内レク 演歌体操	室内レク チェア体操・HM
午後	内観療法 いきいき体操⑤	室内レク あべこべ体操・なごみ	パターゴルフ 音楽鑑賞・図書館	室内レク いきいき体操⑥	生活学習会 体操・SST	パターゴルフ 音楽鑑賞
	14	15	16	17	18	19
午前	 スポーツの日	室内レク 思い出いきいき体操	グラウンドゴルフ ダンス体操	室内レク 演歌体操・ミニデイ	グラウンドゴルフ エアロビ・トーンチャイム	グラウンドゴルフ チェア体操・HM
午後		アディクション学習会 草の根学習	パターゴルフ 音楽鑑賞	カーリング いきいき体操①	生活学習会 音楽鑑賞	カーリング マジカルエクササイズ
	21	22	23	24	25	26
午前	グラウンドゴルフ 民謡体操	カーリング いきいき体操②	グラウンドゴルフ チェア体操	室内レク マジカル・ミニデイ	グラウンドゴルフ 演歌体操	内観療法 いきいき体操④
午後	パターゴルフ カラオケ	室内レク 音楽鑑賞・なごみ	アディクション学習会 草の根学習	カーリング 体操・図書館	生活学習会 いきいき③・SST	室内レク あべこべ体操
	28	29	30	31	<div style="border: 1px dashed orange; padding: 5px;"> <ul style="list-style-type: none"> ・ HMサークル… 健康体重を目指すプログラム ・ SST … 社会生活技能訓練 ・ なごみ … 若年向けコミュニケーションプログラム ・ ミニデイ… 高齢者向け機能低下防止プログラム ・ 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 ・ 草の根学習 … 病気・からだ・時事の話題など様々な事をテーマにした学習会 </div>	
午前	室内レク 太極拳	グラウンドゴルフ 演歌体操	室内レク チェア体操	ミーティング 清掃美化活動		
午後	カーリング 思い出いきいき体操	室内レク いきいき体操⑤	ダンス体操 音楽鑑賞	クイズ大会		