

# 2024年11月 プログラム予定

		月	火	水	木	金 1	土 2
午前	 <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>					室内レク いきいき体操⑥	パターゴルフ 体操・HM
午後						生活学習会 民謡体操	グラウンドゴルフ カラオケ
		4	5	6	7	8	9
午前		グラウンドゴルフ 思い出いきいき体操	室内レク ダンス体操	グラウンドゴルフ 演歌体操・ミニデイ	室内レク エアロビ・創作	パターゴルフ チェア体操・HM	
午後		室内レク 民謡体操	グラウンドゴルフ カラオケ・図書館	内観療法 いきいき体操①	生活学習会 音楽鑑賞・SST	室内レク いきいき体操②	
		11	12	13	14	15	16
午前		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 チェア体操	グラウンドゴルフ 民謡体操・ミニデイ	グラウンドゴルフ いきいき④・創作	室内レク マジカルエクサ・HM
午後		室内レク 音楽鑑賞	パターゴルフ いきいき③・なごみ	室内レク 動画鑑賞	アディクション学習会 草の根学習	生活学習会 体操・SST	グラウンドゴルフ 思い出いきいき体操
		18	19	20	21	22	23
午前		室内レク チェア体操・踊り	パターゴルフ 演歌体操	グラウンドゴルフ いきいき体操⑤	グラウンドゴルフ 体操・ミニデイ	室内レク いきいき体操⑥	
午後		グラウンドゴルフ カラオケ	グラウンドゴルフ 音楽鑑賞・なごみ	内観療法 太極拳	パターゴルフ あべこべ体操	生活学習会 音楽鑑賞・SST	
		25	26	27	28	29	30
午前		グラウンドゴルフ チェア体操	グラウンドゴルフ 演歌体操	パターゴルフ エアロビクス	カーリング マジカル・ミニデイ	グラウンドゴルフ チェア体操・歌の会	ミーティング 清掃美化活動・HM
午後		室内レク 思い出いきいき体操	パターゴルフ 音楽鑑賞・図書館	室内レク いきいき体操①	グラウンドゴルフ カラオケ	生活学習会 民謡体操・SST	アディクション学習会 草の根学習