


# 2019年 3月 デイケアセンター プログラム予定表 ポルト

	日	月	火	水	木	金	土	
						①	②	
午前		暖かい日が増えてきました。 皆さんは春の訪れを感じますか？					リフレッシュ活動 園芸 シネマクラブ	リフレッシュ活動 Myハート♡
午後		☆ 今月のイベントもお楽しみに ☆					HOPE(認知) 棒体操	サタデーハート ヨガ ひな壇作り
	3	4	⑤	6	⑦	8	⑨	
午前		リフレッシュ活動 書道の会	リフレッシュ活動 朝活	リフレッシュ活動 レモンハート	リフレッシュ活動 ラーメンクラブ	リフレッシュ活動 園芸 シネマC	リフレッシュ活動 Myハート♡	
午後		なでしこクラブ 足腰元気の会 ポール体操	美文字の会 JBの会 TSUBASA ストレッチ	お話し会 棒体操 ももクロの会	出張イルマーレ デジスポ リラクゼーション	HOPE(認知) ヨガ	サタデーハート リズム体操 シネマ	
	10	⑪	12	⑬	14	⑮	16	
午前		リフレッシュ活動 書道の会	リフレッシュ活動 朝活	リフレッシュ活動 レモンハート	リフレッシュ活動 ラーメンクラブ	リフレッシュ活動 園芸 シネマC	リフレッシュ活動 Myハート♡	
午後		心理の時間 足腰元気の会 なでしこクラブ ストレッチ	美文字の会 棒体操 TSUBASA シネマ	お話し会 ヨガ ももクロの会	2~3月誕生会 🍰	HOPE(認知) タオル体操	サタデーハート ポール体操	
	17	18	⑰	20	21	⑳	㉓	
午前		リフレッシュ活動 書道の会 足腰元気の会	リフレッシュ活動 JBの会	リフレッシュ活動 レモンハート	春分の日	リフレッシュ活動 園芸 シネマC	リフレッシュ活動 Myハート♡	
午後		ごぼう体操 シネマ観賞	美文字の会 午後活 TSUBASA	お話し会 リズム体操 ももクロの会		HOPE ストレッチ シネマアート	サタデーハート 棒体操	
	<del>24</del> 31	㉕	26	㉗	28	㉙	30	
午前		リフレッシュ活動 書道の会	リフレッシュ活動 朝活	リフレッシュ活動 レモンハート	リフレッシュ活動 ラーメンクラブ	リフレッシュ活動 園芸 シネマC	リフレッシュ活動 Myハート♡	
午後		イルマーレ親睦会	TSUBASA春祭り	お話し会 ストレッチ ももクロの会	出張イルマーレ デジスポ リラクゼーション	よさこい鑑賞	サタデーハート ストレッチ	