

2018年 10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	③	④	⑤	⑥
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 シネマクラブ	リフレッシュ活動 Myハート♡
午後		心理の時間 ストレッチ なでしこクラブ シネマ	美文字の会 棒体操 TSUBASA	お話し会 ごぼう体操	出張イルマーレ デジスポ リラクゼーション	HOPE(認知) ボール体操	サタデーハート ヨガ シネマ
	7	8	⑨	10	⑪	12	⑬
午前			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			美文字の会 TSUBASA リズム体操	お話し会 棒体操	出張イルマーレ デジスポ リラクゼーション	HOPE(認知) ヨガ お楽しみレク♪	サタデーハート 石井隊長Ex
	14	⑮	16	⑰	18	⑱	20
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 ごぼう体操	美文字の会 TSUBASA ストレッチ	お話し会 ヨガ	出張イルマーレ デジスポ リラクゼーション	HOPE(認知) 棒体操 シネマアート	イルマーレ親睦会
	21	22	⑳	24	㉕	26	㉗
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 リズム体操	美文字の会 TSUBASA ヨガ	お話し会 ボール体操	出張イルマーレ デジスポ リラクゼーション	HOPE(認知) ごぼう体操	サタデーハート 棒体操 シネマ
	28	㉙	30	㉚	 <p>朝晩、肌寒くなってきましたね。 今年はまだインフルエンザが増えているそうです!! 体調に気を付けて、秋を楽しく過ごしましょう♪</p>		
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			
午後		卓球大会 	美文字の会 TSUBASA タオル体操	お話し会 ストレッチ			