

2019年7月プログラム

	午前			午後	
1 月	スポーツ	フリープログラム	リワーク	脳トレ(書き写し)	リワーク
2 火	卓球	フリープログラム		DVD	
3 水	創作	フリープログラム	リワーク	TV鑑賞会	リワーク
4 木	ミニゲートボール	フリープログラム	リワーク	セブンブリッジ大会	
5 金	ふまねっと	読書	リワーク	サロンde歩夢	リワーク
8 月	スポーツ	フリープログラム	リワーク	脳トレ(パズル系)	リワーク
9 火	カレーの日	フリープログラム		大富豪大会	
10 水	ヨガ友	フリープログラム	リワーク	ガーデニング	リワーク
11 木	ミニゲートボール	フリープログラム	リワーク	カラオケ	
12 金	スポーツ	フリープログラム	リワーク	手芸の会	リワーク
15 月	お休み(海の日)				
16 火	ミニゲートボール	読書		ババ抜き大会	
17 水	ストレッチ	フリープログラム	リワーク	サロンde歩夢	リワーク
18 木	創作	フリープログラム	リワーク	カラオケ	
19 金	リラクゼーション	フリープログラム	リワーク	TV鑑賞会	リワーク
22 月	スポーツ	フリープログラム	リワーク	脳トレ(書き写し)	リワーク
23 火	卓球	フリープログラム		DVD	
24 水	ヨガ友	フリープログラム	リワーク	手芸の会	リワーク
25 木	ミニゲートボール	フリープログラム	リワーク	カラオケ	
26 金	お菓子作り	フリープログラム	リワーク	最近の社会情勢勉強会(SJB)	リワーク
29 月	スポーツ	フリープログラム	リワーク	メンバーミーティング	リワーク
30 火	ふまねっと	読書		カラオケ	
31 水	ミニゲートボール	フリープログラム	リワーク	栄養士さんコーナー	リワーク

※調理・お菓子作り・DVD等の詳細については掲示板をご覧ください。