

2019年11月プログラム

	午前			午後	
1 金	ふまねっと	フリープログラム	リワーク	ガーデニング	リワーク
4 月	お休み(文化の日の振替休日)				
5 火	音楽鑑賞	フリープログラム		カラオケ	
6 水	ヨガ友	フリープログラム	リワーク	サロンde歩夢	リワーク
7 木	さんま&芋煮会		リワーク	DVD	
8 金	ゲートボール	フリープログラム	リワーク	手芸の会	リワーク
11 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
12 火	フリープログラム			カラオケ	
13 水	ストレッチ	フリープログラム	リワーク	TV鑑賞会	リワーク
14 木	ミニゲート	フリープログラム	リワーク	卓球	
15 金	ゲートボール	フリープログラム	リワーク	ガーデニング	リワーク
18 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
19 火	デイケアデー(見学会)			カラオケ	
20 水	ヨガ友	フリープログラム	リワーク	手芸の会	リワーク
21 木	ミニゲート	フリープログラム	リワーク	足湯へ行こう(月岡温泉)	
22 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
25 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
26 火	卓球	フリープログラム		カラオケ	
27 水	ストレッチ	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
28 木	ミニゲート	フリープログラム	リワーク	ふまねっと	
29 金	調理	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

※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。
 ※プログラムは都合により変更となる場合があります。