

2019年12月プログラム

	午前			午後	
2 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
3 火	卓球	音楽鑑賞		カラオケ	
4 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
5 木	ミニゲートボール	フリープログラム	リワーク	DVD	
6 金	お菓子作り	フリープログラム	リワーク	TV鑑賞会	リワーク
9 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
10 火	卓球	フリープログラム		カラオケ	
11 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
12 木	ミニゲートボール	フリープログラム	リワーク	ふまねっと	
13 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
16 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
17 火	オープンデイケア(見学会)			クリスマスケーキを食べよう!	
18 水	ヨガ友	フリープログラム	リワーク	TV鑑賞会	リワーク
19 木	ミニゲートボール	フリープログラム	リワーク	年忘れカラオケ大会	
20 金	ゲートボール	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
23 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
24 火	クリスマス会			カラオケ	
25 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
26 木	ミニゲートボール	フリープログラム	リワーク	一人暮らしの集い	
27 金	ふまねっと	フリープログラム	リワーク	手芸の会	リワーク
30 月	忘年会(スライドショー&ビンゴ大会)			今年を振り返ろう(メンバーミーティング)	
31 火	年末年始休暇				

※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。