

# 2022年11月プログラム

	午前			午後	
1 火	3Fプログラム		リワーク	TV鑑賞会	リワーク
2 水	音楽鑑賞	フリープログラム	リワーク	ガーデニング	リワーク
3 木	お休み(文化の日)				
4 金	ストレッチ	フリープログラム	リワーク	シン・筋トレクラブ	リワーク
7 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
8 火	3Fプログラム		リワーク	TV鑑賞会	リワーク
9 水	フリープログラム		リワーク	ティータイム	リワーク
10 木	3Fプログラム		リワーク	手芸の会	リワーク
11 金	さんま&芋煮会	フリープログラム	リワーク	TVゲームをしよう!	リワーク
14 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
15 火	ヨガ友	フリープログラム	リワーク	ふまねっと	リワーク
16 水	音楽鑑賞	フリープログラム	リワーク	ゆったりストレッチ	リワーク
17 木	3Fプログラム		リワーク	TV鑑賞会	リワーク
18 金	ゲートボール	フリープログラム	リワーク	シン・筋トレクラブ	リワーク
21 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
22 火	3Fプログラム		リワーク	ティータイム	リワーク
23 水	お休み(勤労感謝の日)				
24 木	ストレッチ	フリープログラム	リワーク	手芸の会	リワーク
25 金	お菓子作り	フリープログラム	リワーク	試食会&メンバーミーティング	リワーク
28 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
29 火	DVD	フリープログラム	リワーク	ふまねっと	リワーク
30 水	ヨガ友	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。

※プログラムは都合により変更となる場合があります。

3Fでの活動となります

松浜病院デイケア