

2022年12月プログラム

	午前		午後		
1 木	ストレッチ	フリープログラム	リワーク	年賀状を作ろう	リワーク
2 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
5 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
6 火	3Fプログラム		リワーク	手芸の会	リワーク
7 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
8 木	ヨガ友	フリープログラム	リワーク	年賀状を作ろう	リワーク
9 金	ゲートボール	フリープログラム	リワーク	TVゲームをしよう	リワーク
12 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
13 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
14 水	ストレッチ	フリープログラム	リワーク	ティータイム	リワーク
15 木	3Fプログラム		リワーク	TV鑑賞会	リワーク
16 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
19 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
20 火	3Fプログラム		リワーク	手芸の会	リワーク
21 水	音楽鑑賞	フリープログラム	リワーク	ゆったりヨガ友	リワーク
22 木	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
23 金	クリスマス会		リワーク	TVゲーム&ケーキを食べよう	リワーク
26 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
27 火	DVD	フリープログラム	リワーク	ふまねっと	リワーク
28 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
29 木	ストレッチ	フリープログラム	TVゲーム大会		
30 金	デイケア忘年会			今年を振り返ろう	

※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