

2023年3月プログラム

	午前			午後	
1 水	ミニゲートボール	フリープログラム	リワーク	ダン大会Part1	リワーク
2 木	ヨガ友	フリープログラム	リワーク	ダン大会Part2	リワーク
3 金	音楽鑑賞	フリープログラム	リワーク	ひなまつり会	リワーク
6 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
7 火	3Fプログラム		リワーク	手芸の会	リワーク
8 水	ストレッチ	フリープログラム	リワーク	ふまねっと	リワーク
9 木	ヨガ友	フリープログラム	リワーク	TV鑑賞会	リワーク
10 金	カレーの日	フリープログラム	リワーク	車田Drコーナー	シン・筋トレクラブ
13 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
14 火	3Fプログラム		リワーク	消しゴムはんこを作ろう	リワーク
15 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
16 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
17 金	ミニor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
20 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
21 火	春分の日(お休み)				
22 水	ヨガ友	フリープログラム	リワーク	ティータイム	リワーク
23 木	ストレッチ	フリープログラム	リワーク	音楽ベルをしよう	リワーク
24 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
27 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
28 火	DVD	フリープログラム	リワーク	手芸の会	リワーク
29 水	音楽鑑賞	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
30 木	ストレッチ	フリープログラム	リワーク	ふまねっと	リワーク
31 金	ミニor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

※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