

高齢者元気あっぷくらぶなつめ 5月の予定

	月	火	水	木	金
	1日	2日	3日	4日	5日
午前	手芸 	あへあほ 体操 	憲法記念日	みどりの日	こどもの日
午後	椅子ヨガ+ 	ボーリング大会 			
	8日	9日	10日	11日	12日
午前	手芸 	あへあほ 体操 	臨床美術 	あへあほ 体操 	音楽療法 
午後	椅子ヨガ+ 	音楽療法 		笑いヨガ 	なつめの運動 プログラム 
	15日	16日	17日	18日	19日
午前	手芸 	あへあほ 体操 	なつめの運動 プログラム 	あへあほ 体操 	音楽療法 
午後	椅子ヨガ+ 	音楽療法 		笑いヨガ 	なつめの運動 プログラム 
	22日	23日	24日	25日	26日
午前	手芸 	あへあほ 体操 	調理実習 	あへあほ 体操 	調理実習 
午後	椅子ヨガ+ 	外出レク 		笑いヨガ 	なつめの運動 プログラム 
	29日	30日	31日		
午前	手芸 	あへあほ 体操 	なつめの運動 プログラム 		
午後	椅子ヨガ+ 	おやつ作り 			