

## 高齢者元気あっぷくらぶなつめ 2月の予定

	月	火	水	木	金
				1日	2日
午前				あへあほ 体操 	調理実習 
午後				笑いヨガ 	臨床美術 
	5日	6日	7日	8日	9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 
	12日	13日	14日	15日	16日
午前	振替休日	あへあほ 体操 	臨床美術 	あへあほ 体操 	音楽療法 
午後		おやつ作り 		笑いヨガ 	チェアータップ 
	19日	20日	21日	22日	23日
午前	手芸 	あへあほ 体操 	チェアータップ 	あへあほ 体操 	天皇誕生日
午後	椅子ヨガ+ 	音楽療法 		笑いヨガ 	
	26日	27日	28日	29日	
午前	手芸 	あへあほ 体操 	臨床美術 	あへあほ 体操 	
午後	椅子ヨガ+ 	春の共同制作 		笑いヨガ 	