

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
午前			チェアータップ 	あへあほ体操 	憲法記念日
午後				笑いヨガ 	
	6日	7日	8日	9日	10日
午前	振替休日	あへあほ体操 	臨床美術 	あへあほ体操 	臨床美術 
午後		おやつ作り 		笑いヨガ 	なつめの運動プログラム 
	13日	14日	15日	16日	17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 
	20日	21日	22日	23日	24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+ 	外出しク 		笑いヨガ 	なつめの運動プログラム 
	27日	28日	29日	30日	31日
午前	手芸 	あへあほ体操 	お楽しみプログラム 	あへあほ体操 	音楽療法 
午後	椅子ヨガ+ 	音楽療法 		笑いヨガ 	チェアータップ 