

高齢者元気あっぷくらぶなつめ 7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 	チャータータッフ 	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 
	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 	臨床美術 
午後	椅子ヨガ+ 	おやつ作り 		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	海の日	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		音楽療法 		笑いヨガ 	チャータータッフ 
	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+ 	臨床美術 		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 	お楽しみプログラム 		
午後	椅子ヨガ+ 	外出シク 			