

高齢者元気あっぷくらぶなつめ 2月の予定

	月	火	水	木	金
午前					
午後					
	3日	4日	5日	6日	7日
午前	手芸 	あへあほ 体操 	チェアーツ 	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
	10日	11日	12日	13日	14日
午前	手芸 	建国記念 の日	なつめの運動 プログラム 	あへあほ 体操 	臨床美術
午後	椅子ヨガ+ 				笑いヨガ
	17日	18日	19日	20日	21日
午前	手芸 	あへあほ 体操 	体力測定 	あへあほ 体操 	音楽療法
午後	椅子ヨガ+ 体力測定 	おやつ作り 		笑いヨガ 	チェアーツ
	24日	25日	26日	27日	28日
午前	天皇誕生日 振替休日	あへあほ 体操 	調理実習 	あへあほ 体操 	調理実習
午後				笑いヨガ 	体力測定