

## 高齢者元気あっぷくらぶなつめ 2月の予定

	月	火	水	木	金
	2日	3日	4日	5日	6日
午前	手芸 	あへあほ 体操 	ケアータップ 	あへあほ 体操 	音楽療法 
午後	椅子ヨガ+ 	おやつ作り 		笑いヨガ 	ケアータップ 
	9日	10日	11日	12日	13日
午前	手芸 	あへあほ 体操 	<b>建国記念 の日</b>	あへあほ 体操 	調理実習 
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 
	16日	17日	18日	19日	20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	体力測定 	体力測定 		笑いヨガ 	体力測定 
	23日	24日	25日	26日	27日
午前	<b>天皇 誕生日</b>	あへあほ 体操 	調理実習 	あへあほ 体操 	なつめの運動 プログラム 
午後		音楽療法 		笑いヨガ 	臨床美術 
午前					
午後					