

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
午前					なつめの運動プログラム
午後					臨床美術
	4日	5日	6日	7日	8日
午前	みどりの日	こどもの日	振替休日	あへあほ体操	調理実習
午後				笑いヨガ	なつめの運動プログラム
	11日	12日	13日	14日	15日
午前	手芸	あへあほ体操	臨床美術	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
	18日	19日	20日	21日	22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	なつめの運動プログラム
午後	椅子ヨガ+	おやつ作り		笑いヨガ	外出レク
	25日	26日	27日	28日	29日
午前	手芸	あへあほ体操	調理実習	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