

令和6年 1月予定 大谷地病院【スポーツ・カルチャーあっぷ】 予定表

	月	火	水	木	金	土	日
午前	1	2	3	4	5	6	7
午後	年末年始休み			映画鑑賞 英語クラブ 調理クラブ	ミニバレー ウォーキング		
				フリースポーツ 陶芸・籐細工 ペン習字	エクササイズ&ストレッチ 楽しい縫い物 脳トレ	ナイトケア	
午前	8	9	10	11	12	13	14
午後	成人の日		ウォーキング ミニバレー	英語クラブ 心理教育 ダーツ	ミニバレー ウォーキング		
			おやつクラブ レーザークラフト テーマトーク 『 』	パソコン講座 創作活動 映画鑑賞 特別編 (ドリンク付き)	★ 行事	★ エクササイズ&ストレッチ 楽しい縫い物 脳トレ	ナイトケア
午前	15	16	17	18	19	20	21
午後	フリースポーツ 創作活動 やせ習慣プログラム	フリースポーツ 初心者PC講座 心理教育	ウォーキング フリースポーツ	プレミアムウォーキング 英語クラブ 映画鑑賞	ミニバレー ウォーキング		
	フリースポーツ 革細工	ワールド・カフェ 【2024年の目標】	パソコン講座 創作活動 カラオケ	フリースポーツ 陶芸・籐細工 フラワーアレンジメント	エクササイズ&ストレッチ 楽しい縫い物 脳トレ	ナイトケア	
午前	22	23	24	25	26	27	28
午後	フリースポーツ 創作活動 食べて笑って考えて やせ習慣プログラム	音楽鑑賞 初心者PC講座 就労準備プログラム	ウォーキング ミニバレー	イントロクイズ 心理教育	ミニバレー ウォーキング		
	ミニバレー ウォーキング	外出プログラム 【高屋 江別店】	ミニ行事	フリースポーツ 陶芸・籐細工	エクササイズ&ストレッチ 楽しい縫い物 脳トレ	ナイトケア	
午前	29	30	31	【お知らせ】 ●年末年始の休みは12/29～1/3迄です。1/4(木)から通常通りです。 ●外出プログラムの場所は予定です。変更になる場合がありますのでご了承ください。 ●プログラムを所々お試して調整しています。予定表を確認の上、ご参加して下さい。 ●心理教育・革細工・レーザークラフトは予約制です。ホワイトボードを確認して下さい。			
午後	ミニバレー フリースポーツ	フリースポーツ 初心者パソコン講座	ウォーキング フリースポーツ				
	フリースポーツ 革細工	テニス部	パソコン講座 創作活動 カラオケ				

※当日参加者が少ない場合はプログラムが中止になる場合があります。