

	月	火	水	木	金	土	日
	2	3	4	5	6	7	8
午前	フリースポーツ 創作活動	フリースポーツ・ミニバレー 初心者パソコン講座 心理教育	ミニバレー ウォーキング ネイルケア	調理クラブ カラオケ	ミニバレー ウォーキング 心理教育		
午後	ウォーキング 革細工	映画鑑賞 フリートーク (24日外出先の話し合い)	パソコン講座 やさしいヨガ 創作活動 イントロクイズ	フリースポーツ・ミニバレー 陶芸・籐細工	エクササイズ 楽しい縫い物 脳トレ ナイトケア		
	9	10	11	12	13	14	15
午前	フリースポーツ・ミニバレー 創作活動	ミニ行事 	建国記念の日	音楽鑑賞 心理教育	ミニバレー ウォーキング		
午後	ミニバレー ウォーキング	手抜きスイーツ レザークラフト		行事①  〈第5回モルック大会〉 ボクササイズ	エクササイズ 楽しい縫い物 脳トレ ナイトケア		
	16	17	18	19	20	21	22
午前	フリースポーツ・ミニバレー 創作活動	音楽鑑賞 初心者パソコン講座 心理教育	外出プログラム①  〈ブティフル〉 ネイルケア	プレミアムウォーキング 映画鑑賞	ミニバレー ウォーキング 心理教育		
午後	ウォーキング 革細工	テニス部	パソコン講座 やさしいヨガ カラオケ クラフトバンド 	フリースポーツ・ミニバレー 陶芸・籐細工 フラワーアレンジメント	エクササイズ 楽しい縫い物 脳トレ ナイトケア		
	23	24	25	26	27	28	
午前	天皇誕生日	フリースポーツ 初心者パソコン講座 就労準備プログラム	ウォーキング ミニバレー ネイルケア	映画鑑賞 ペン習字 心理教育	ミニバレー ウォーキング		
午後		外出プログラム②  〈3日の話し合いで 決めたところ〉	行事② 	フリースポーツ・ミニバレー 陶芸・籐細工 ボクササイズ	エクササイズ 楽しい縫い物 脳トレ ナイトケア		
午前	〈お知らせ〉						
	●裏面のお知らせも必ず確認して下さい。						
	●ホワイトボードで募集しているプログラムは各自確認をして下さい。						
午後	●						

■フリースポーツ：卓球・ウォーキング・キャッチボール・バドミントンなど好きな運動に参加できるプログラム

■プレミアムウォーキング：外部講師によるウォーキングプログラム