

2023年11月プログラム表

月	火	水	木	金	土
☆ 機能訓練 ☆ 有料プログラム 通常のプログラムとは異なり、指導員による体力維持向上の為の体操が始まりました。ご参加お待ちしております。 		1	2	3	4
		太極拳体操	民謡体操	民謡体操	民謡体操
		キックボウリング(下肢)	キックボウリング(下肢)	キックボウリング(下肢)	キックボウリング(下肢)
		機能訓練	機能訓練	機能訓練	機能訓練
6	7	8	9	10	11
カラオケ体操	カラオケ体操	カラオケ体操	おとセン体操	おとセン体操	おとセン体操
書道サークル	書道サークル	書道サークル	収穫祭ゲーム(上肢)	収穫祭ゲーム(上肢)	収穫祭ゲーム(上肢)
個別レク	個別レク	個別レク	機能訓練	機能訓練	機能訓練
13	14	15	16	17 	18
民謡体操	民謡体操	民謡体操	太極拳体操	太極拳体操	脳トレ体操(zoom)
収穫祭ゲーム(上肢)	秋のミニ運動会	カラオケ	キックカーリング(下肢)	キックカーリング(下肢)	キックカーリング(下肢)
機能訓練	機能訓練	機能訓練	機能訓練	機能訓練	機能訓練
20	21	22	23	24	25
おとセン体操	おとセン体操	おとセン体操	カラオケ体操	カラオケ体操	カラオケ体操
輪投げ(上肢)	輪投げ(上肢)	輪投げ(上肢)	ムズィークカペレ	輪投げ(上肢)	輪投げ(上肢)
機能訓練	機能訓練	機能訓練		機能訓練	機能訓練
27	28	29	30		
太極拳体操	太極拳体操	太極拳体操	民謡体操		
キックカーリング(下肢)	キックカーリング(下肢)	カラオケ	カラオケ		
機能訓練	どろんこ保育園 交流保育	機能訓練	機能訓練		

お知らせ

有料イベント

- ・手工芸教室
- ・出前昼食
- ・ヘアカット

※別途、お申込み用紙に、ご記入の上、提出して下さい。

無料 イベント

25日 ハンドマッサージ

・ご利用日でない日の、臨時利用もお待ちしております。

・コロナウィルスの影響により、プログラム内容を変更する場合があります。ご了承下さい。

・ボランティア随時受付

誕生会

17日(金)

開催いたします!