

活動予定表

1月

赤字はリワーク専用プログラムです

月	火	水	木	金
		1 お休み	2 お休み	3 お休み
6 喫茶 書初め 入浴 ココトレ	7 自主活動 宗GOOD! 後半：新年会	8 ブチ筋トレ カードゲーム プラモデル カラオケ ヨガ・ストレッチ	9 リラクゼーション エコクラフト 午後のGO DVD鑑賞	10 全体M・血圧・体重測定 喫茶 フラワーアレンジメント 音読で脳活 リハザップ
13 お休み	14 図書館へGO 寄木細工 カレンダー作り 宗GOOD! 初詣②	15 筋肉クラブ 語彙力練習帳 プラモデル DVD鑑賞 ヨガ・ストレッチ	16 リラクゼーション エコクラフト 麻雀 ボウリング お菓子作り	17 喫茶 革細工 ホールリハ 音読で脳活 カラオケ リハザップ
20 喫茶 ペン習字 たまゆら ココトレ	21 自主活動 寄木細工 宗GOOD 午後のGO	22 ブチ筋トレ 話し合いの会 プラモデル カラオケ ヨガ・ストレッチ	23 リラクゼーション エコクラフト スポーツ 午後のGO	24 喫茶 革細工 ホールリハ 音読で脳活 ノート作り リハザップ
27 喫茶 ペン習字・切り 絵 入浴 DVD鑑賞 ココトレ	28 図書館へGO 節分創作 宗GOOD ボウリング	29 筋肉クラブ 節分創作 プラモデル DVD鑑賞 ヨガ・ストレッチ	30 リラクゼーション 節分創作 スポーツ お菓子作り	31 喫茶 革細工 ホールリハ 音読で脳活 カラオケ リハザップ