

活動予定表

2月

赤字はリワーク専用プログラムです

月	火	水	木	金
_____	_____	_____	_____	_____
3 喫茶 ペン習字／切り絵 ----- 入浴 節分豆まき ココトレ	4 自主活動 寄木細工 ----- 宗GOOD! 午後のGO	5 ブチ筋トレ 話し合いの会 ----- プラモデル DVD鑑賞 ヨガ・ストレッチ	6 リラクゼーション エコクラフト ----- スポーツ 午後のGO	7 全体M・血圧・体重測定 喫茶 ----- 音読で脳活 ホールリハ リハザップ
10 喫茶 ペン習字／切り絵 ----- 入浴 スポーツ	11 お休み -----	12 筋肉クラブ カードゲーム ----- プラモデル 午後のGO	13 リラクゼーション エコクラフト ----- ボウリング お菓子作り	14 喫茶 革細工 ホールリハ ----- 音読で脳活 カラオケ
17 _____	18 _____	19 _____	20 _____	21 _____
24 お休み -----	25 _____	26 _____	27 _____	28 _____