

7月のプログラム表

	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
AM			ペーパークラフト	自主活動	クラフトワーク	お休み 
PM			フィットネス	ゆるやか? フィットネス 	カラオケ 自主活動	
	6	7	8	9	10	11
AM	創作活動	SFA	脳トレ	創作活動	#絵手紙	お休み 
PM	ゆるやか? フィットネス	スポーツ	フィットネス	3×3ステップ ダンス 	カラオケ 自主活動	
	13	14	15	16	17	18
AM	創作活動 	自主活動	クラフトワーク	脳トレ	ペーパークラフト	お休み 
PM	スポーツ	3×3ステップ ダンス	フィットネス	ゆるやか? フィットネス	カラオケ 自主活動	
	20	21	22	23	24	25
AM	SFA #体内時計と 食事の関係	脳トレ	創作活動	祝日のため お休み 	祝日のため お休み 	お休み 
PM	自主活動	スポーツ	フィットネス			
	27	28	29	30	31	
AM	創作活動	ペーパークラフト	自主活動 	クラフトワーク	脳トレ	
PM	スポーツ	ゆるやか? フィットネス	フィットネス	3×3ステップ ダンス	カラオケ 自主活動	

- ※ プログラムは都合により変更となることがあります。
- ※ プログラムは自由参加です。プログラム表に記載がない日でも、「自主活動」をご希望の場合はスタッフまでお気軽にご相談下さい。
- ※ #のプログラムは医師・ボランティア・講師がプログラムを実施します。
- ※ 定期面接は担当スタッフより声かけし、適宜面接を行います。