

月		火		水		木		金	
【注意事項】 ※予約表、ポスターへの記入を忘れずにしましょう。 ※参加予定の変更、朝に間に合わない時は、電話連絡を!! ※プログラムで必要な物は、ポスターを確認必須。				1 午前	健康管理の日	2 午前	プログラム ミーティング	3 午前	能代イオンツアー 他話し合い
				午後	モザイクアート	午後	趣味活動	午後	夢創り活動
6 午前	書道	7 午前	趣味活動	8 午前	ゲーム大会 (ジャンケン・ビンゴ ゲーム)	9 午前	脳トレ	10 午前	能代イオンツアー (映画鑑賞とお食事)
午後	モザイクアート	午後	柔軟体操	午後	趣味活動	午後	ヨガ 	午後	又は、大昌園で のお食事
13 午前	モザイクアート	14 午前	エアロビクス (アリナス) 	15 午前	お菓子作り (アップルパイ)	16 午前	夢創り活動	17 午前	料理の話し合い (牛丼・その他)
午後	ウォーキング	午後	リラックスタイム	午後	趣味活動	午後	歌会 	午後	ウエルネス体操
20 午前	休	21 午前	書道	22 午前	夢創り活動	23 午前	廊下・ホールへ の作品展示	24 午前	料理作り 
午後		午後	カラオク 	午後	モザイクアート	午後	ウエルネス体操	午後	(牛丼他) 試食
27 午前	趣味活動	28 午前	脳トレ	29 午前	DVD鑑賞	30 午前	モザイクアート	31 午前	夢創り活動
午後	ウォーキング (雑誌購入)	午後	モザイクアート	午後	ヨガ 	午後	ボーリング	午後	ウエルネス体操