

2021年11月のプログラム予定

	月 1	火 2	水 3	木 4	金 5	土 6
午前	グラウンドゴルフ ダンス体操	グラウンドゴルフ チェア体操・HM・歌の会		ソフトボール 民謡体操・ミニデイ	グラウンドゴルフ エアロビ・パソコン	室内レク 体操・HM
午後	カントリーゲート 音楽鑑賞	室内レク いきいき⑤・なごみの会		グラウンドゴルフ 音楽教室(楽器)	生活学習会 創作活動(文化祭)	グラウンドゴルフ DVD鑑賞
	8	9	10	11	12	13
午前	パターゴルフ チェア体操・踊り	ソフトボール エアロビ・HMサークル	グラウンドゴルフ カーヴィーダンス	グラウンドゴルフ 演歌体操・ミニデイ	ソフトボール・歌の会 室内レク・チェア体操	カーリング エアロビ・HMサークル
午後	アディクション学習会 草の根学習	グラウンドゴルフ 音楽鑑賞・なごみの会	カントリーゲート いきいき体操⑥	室内レク 音楽鑑賞・STEP-G	生活学習会 SST	グラウンドゴルフ いきいき体操①
	15	16	17	18	19	20
午前	グラウンドゴルフ 民謡体操・歌の会	グラウンドゴルフ 体操・HMサークル	室内レク チェア体操	グラウンドゴルフ チェア体操・ミニデイ	カントリーゲート 演歌体操・トーンチャイム	内観療法 いきいき体操③
午後	カントリーゲート・パソコン 音楽教室(楽器)	パターゴルフ いきいき②・なごみの会	ソフトボール DVD鑑賞	カントリーゲート あべこべ体操	生活学習会 SST	グラウンドゴルフ 音楽鑑賞
	22	23	24	25	26	27
午前	グラウンドゴルフ ダンス体操		アディクション学習会 草の根学習	ソフトボール ダンス体操・ミニデイ	グラウンドゴルフ チェア体操・踊り	カーリング エアロビ・HM・歌の会
午後	ソフトボール DVD鑑賞		グラウンドゴルフ 民謡体操	グラウンドゴルフ 音楽鑑賞・STEP-G	生活学習会 SST	カントリーゲート 音楽鑑賞
	29	30	※ HMサークル … 健康体重を目指す活動 ※ STEP-G … ギャンブル依存症治療プログラム ※ なごみの会 … 若年層コミュニケーションプログラム ※ ミニデイ … 心身機能を保つプログラム			
午前	グラウンドゴルフ 演歌体操・トーンチャイム	ミーティング 清掃美化活動				
午後	内観療法 いきいき体操④	ソフトボール 体操・なごみの会				