

# 2025年4月のプログラム予定

	月	火 1	水 2	木 3	金 4	土 5
午前	・天候などにより予定が変更になることがあります	グラウンドゴルフ チェア体操	グラウンドゴルフ いきいき体操⑥	室内レク（ドライブ） カーヴィー・ミニデイ	グラウンドゴルフ チェア体操	パターゴルフ 民謡体操・HM
午後		室内レク 音楽鑑賞・なごみ	カーリング カーヴィー・図書館	内観療法 思い出いきいき体操	生活学習会 いきいき体操①・SST	室内レク カラオケ
			竹ざっぷ		竹ざっぷ	
	7	8	9	10	11	12
午前	グラウンドゴルフ チェア体操	パターゴルフ カーヴィー	グラウンドゴルフ 民謡体操	グラウンドゴルフ チェア体操・ミニデイ	室内レク 演歌体操	室内レク チェア体操・HM
午後	室内レク いきいき体操②	グラウンドゴルフ カラオケ	室内レク 思い出いきいき体操	パターゴルフ いきいき体操③	生活学習会 カーヴィー・SST	パターゴルフ 音楽鑑賞
	竹ざっぷ		竹ざっぷ		竹ざっぷ	
	14	15	16	17	18	19
午前	室内レク 思い出いきいき体操	室内レク チェア体操	グラウンドゴルフ カーヴィー・歌の会	室内レク 演歌体操・ミニデイ	室内レク エアロビ・トーンチャイム	室内レク チェア体操・HM
午後	アディクション学習会 草の根学習	ドライブ 民謡体操	パターゴルフ 音楽鑑賞	カーリング いきいき体操④	生活学習会 音楽鑑賞・SST	グラウンドゴルフ マジカルエクササイズ
	竹ざっぷ		竹ざっぷ		竹ざっぷ	
	21	22	23	24	25	26
午前	グラウンドゴルフ 民謡体操	カーリング いきいき体操⑤	グラウンドゴルフ チェア体操	室内レク マジカル・ミニデイ	グラウンドゴルフ 演歌体操	パターゴルフ いきいき体操①HM
午後	パターゴルフ カラオケ	室内レク 音楽鑑賞・なごみ	アディクション学習会 草の根学習	カーリング カーヴィー・図書館	生活学習会 いきいき⑥・SST	グラウンドゴルフ あべこべ体操
	竹ざっぷ		竹ざっぷ		竹ざっぷ	
	28	29	30	<div style="border: 1px dashed yellow; padding: 5px;"> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ HMサークル… 健康体重を目指すプログラム</li> <li>・ SST … 社会生活技能訓練</li> <li>・ なごみ … 若年向けコミュニケーションプログラム</li> <li>・ ミニデイ… 高齢者向け機能低下防止プログラム</li> <li>・ アディクション学習会 … 依存症・嗜癖を学び、回復と継続を目指すプログラム</li> <li>・ 草の根学習 … 病気・からだ・時事の話題など様々な事をテーマにした学習会</li> <li>・ 竹ざっぷ … 短時間でのエクササイズ</li> </ul> </div>		
午前	室内レク 太極拳		グラウンドゴルフ チェア体操			
午後	カーリング 思い出いきいき体操		ミーティング 清掃美化活動			
	竹ざっぷ		竹ざっぷ			