

高齢者元気あっぷくらぶなつめ 8月の予定

	月	火	水	木	金
				1日	2日
午前				あへあほ 体操 	臨床美術 
午後				笑いヨガ 	なつめの運動 プログラム 
	5日	6日	7日	8日	9日
午前	手芸 	あへあほ 体操 	ケアータップ 	あへあほ 体操 	音楽療法 
午後	椅子ヨガ+ 	音楽療法 		笑いヨガ 	なつめの運動 プログラム 
	12日	13日	14日	15日	16日
午前	山の日 振替休日	あへあほ 体操 	臨床美術 	盆休み	調理実習 
午後		おやつ作り 			ケアータップ 
	19日	20日	21日	22日	23日
午前	手芸 	あへあほ 体操 	体力測定 	あへあほ 体操 	音楽療法 
午後	椅子ヨガ+ 	音楽療法 		笑いヨガ 	外出シク 
	26日	27日	28日	29日	30日
午前	手芸 	あへあほ 体操 	調理実習 	あへあほ 体操 	体力測定 
午後	椅子ヨガ+ 体力測定 	体力測定 		笑いヨガ 	なつめの運動 プログラム 