

プログラム予定表



		火	水	木	金	土
A M		1 カラオケ	2 料理 (7-7)	3 軽作業	4 カラオケ	5 フリー
		プログラムミーティング	プログラムミーティング	プログラムミーティング	プログラムミーティング	
P M		WRAP ・肩こり、股関節 ストレッチ	レク (ポッチャ)	軽作業	とよや 創作	
A M	7 軽作業	8 カラオケ	9 料理 (かぼちゃ)	10 軽作業	11 カラオケ	12 お休み
	プログラムミーティング					
P M	脳トレ& サロン	創作	シネマ (飛んで埼玉)	各種ゲーム	美化活動 陶芸 (自由制作)	
A M	14 お休み	15 カラオケ	16 料理 (7-7)	17 軽作業	18 カラオケ	19 フリー
	体育の日					
P M		・健康チェック ・腰痛体操	レク (卓球)	軽作業	創作	
A M	21 軽作業	22 お休み	23 料理 (里芋)	24 軽作業	25 カラオケ	26 お休み
P M	ウォーキング (小川町けやき広場)	即位礼正殿の儀	シネマ (唇に歌を)	美文字 レッスン	美化活動 陶芸 (バザー)	
A M	28 軽作業	29 カラオケ	30 お楽しみ み料理	31 軽作業	<div style="border: 2px solid red; padding: 5px;"> <p style="text-align: center; background-color: black; color: red; margin: 0;">10月27日(日)</p> <p style="text-align: center; font-size: 2em; margin: 5px 0;">福祉まつり</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> </div> <p style="text-align: center; margin: 0;">バザー</p> </div>	
P M	脳トレ& サロン	創作	レク (ビンゴゲーム)	軽作業		

※第2. 4. 5土曜日、日曜・祝日はお休みです