

# ☆3月のプログラム☆

いわき(治療機能コース)

退院後のフォローアップ、治療を中心としたコースです。

## 今月の目標

色々な予定が入ると、忙しさから疲れが溜まります。しんどさを感じた時は、ゆっくり休みましょう。

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日	
午前	・ゲートボール ・ペン習字	3	・今日の一品 午前 ・クラフト	4	・全体会 午前	5	・コラージュ 午前 ・自主活動	6	・スポーツ 午前 ・クラフト
午後	・自主活動 ・習字・クラフト ・フラワーアレンジメント	午後	・自主活動 ・みちのく	午後	・自主活動 ・グループクラフト	午後	・クラフト ・HOP	午後	・自主活動 ・企画会議
9	・ゲートボール 午前 ・ペン習字	10	・今日の一品 午前 ・クラフト	11	・軽スポーツ 午前 ・クラフト	12	・コラージュ 午前 ・自主活動	13	・スポーツ 午前 ・クラフト
午後	・自主活動 ・習字・クラフト ・フラワーアレンジメント	午後	・健康ストレッチ ・仕事のABC	午後	・自主活動 ・グループクラフト	午後	・クラフト ・HOP	午後	・自主活動
16	・ゲートボール 午前 ・ペン習字	17	・今日の一品 午前 ・クラフト	18	・軽スポーツ 午前 ・クラフト	19	・コラージュ 午前 ・自主活動	20 春分の日	
午後	・自主活動 ・習字・クラフト ・フラワーアレンジメント	午後	・自主活動 ・みちのく	午後	・自主活動 ・グループクラフト	午後	・クラフト ・HOP		
23	・ゲートボール 午前 ・ペン習字	24	・今日の一品 午前 ・クラフト	25	・軽スポーツ 午前 ・クラフト	26	・コラージュ 午前 ・自主活動	27	・スポーツ 午前 ・クラフト
午後	・自主活動 ・習字・クラフト ・フラワーアレンジメント	午後	・健康ストレッチ ・仕事のABC	午後	・自主活動 ・四季彩	午後	・自主活動 ・みんなの談話室	午後	・自主活動
30	・ゲートボール 午前 ・ペン習字	31	・今日の一品 午前 ・クラフト						
午後	・自主活動 ・習字・クラフト ・フラワーアレンジメント	午後	・自主活動 ・みちのく						