

# つながる（日常生活支援機能コース） 10月のプログラム

日中の生活支援を行うコースです。利用する方が心身ともに充実した毎日を送られるようサポートします。

目標

朝夕の寒暖差で風邪を引きやすくなります。衣類調整で体調管理をしましょう。

| 月  | 火  | 水  | 木  | 金   |
|--|--|--|--|---|
| <p>10月20日の午後は「月1心理教育」があります。<br/>今回は「恋愛と結婚について」を取り上げます。<br/>興味のある方は担当スタッフまでご相談ください。</p> |  |  |  | <p><b>1</b> ・室内スポーツ<br/>AM ・自主活動（クラフトあり）<br/>PM ・自主活動<br/>・K B T</p>  |
| <p><b>4</b> ・自主活動<br/>・クラフト／習字／ペン習字<br/>AM フラワーアレンジメント<br/>PM ・クリーンデイ &amp; 全体会</p>    | <p><b>5</b> ・今日の一品<br/>AM ・自主活動（クラフトあり）<br/>PM ・健康ストレッチ<br/>・みちのく</p>    | <p><b>6</b> ・自主活動<br/>AM ・気軽に話そう♪<br/>PM ・軽スポーツ</p>  | <p><b>7</b> ・コラージュ<br/>AM ・自主活動（クラフトあり）<br/>PM ・軽スポーツ</p>              | <p><b>8</b> ・室内スポーツ<br/>AM ・自主活動（クラフトあり）<br/>PM ・自主活動</p>             |
| <p><b>11</b> ・自主活動<br/>・クラフト／習字／ペン習字<br/>AM フラワーアレンジメント<br/>PM ・新しいスポーツ&amp;レク</p>     | <p><b>12</b> ・今日の一品<br/>AM ・自主活動（クラフトあり）<br/>PM ・自主活動<br/>・こんな時どうする？</p> | <p><b>13</b> ・自主活動<br/>AM ・読書の時間<br/>PM ・軽スポーツ</p>   | <p><b>14</b> ・コラージュ<br/>AM ・自主活動（クラフトあり）<br/>PM ・軽スポーツ</p>             | <p><b>15</b> ・室内スポーツ<br/>AM ・自主活動（クラフトあり）<br/>PM ・自主活動<br/>・K B T</p> |
| <p><b>18</b> ・自主活動<br/>・クラフト／習字／ペン習字<br/>AM フラワーアレンジメント<br/>PM ・新しいスポーツ&amp;レク</p>     | <p><b>19</b> ・今日の一品<br/>AM ・自主活動（クラフトあり）<br/>PM ・健康ストレッチ<br/>・みちのく</p>   | <p><b>20</b> ・自主活動<br/>AM ・気軽に話そう♪<br/>PM ・軽スポーツ</p> | <p><b>21</b> ・コラージュ<br/>AM ・自主活動（クラフトあり）<br/>PM ・軽スポーツ</p>             | <p><b>22</b> ・スポーツ（サンビレッジ）<br/>AM ・自主活動（クラフトあり）<br/>PM ・自主活動</p>      |
| <p><b>25</b> ・自主活動<br/>・クラフト／習字／ペン習字<br/>AM フラワーアレンジメント<br/>PM ・新しいスポーツ&amp;レク</p>     | <p><b>26</b> ・今日の一品<br/>AM ・自主活動（クラフトあり）<br/>PM ・自主活動<br/>・音楽の時間</p>     | <p><b>27</b> ・自主活動<br/>AM ・読書の時間<br/>PM ・軽スポーツ</p>   | <p><b>28</b> ・コラージュ<br/>AM ・自主活動（クラフトあり）<br/>PM ・自主活動<br/>・気軽に話そう♪</p> | <p><b>29</b> ・室内スポーツ<br/>AM ・自主活動（クラフトあり）<br/>PM ・自主活動<br/>・K B T</p> |