

# つがる（日常生活支援機能コース） 3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

いまだコロナの感染拡大が続いています。引き続き、感染予防に努めましょう。

月	火	水	木	金
	<b>1</b> ・今日の一品 AM ・自主活動（クラフトあり） PM ・健康ストレッチ ・みちのく	<b>2</b> ・自主活動 AM ・気軽に話そう♪ PM ・全体会&クリーンデイ	<b>3</b> ・自主活動 AM ・コラージュ PM ・軽スポーツ	<b>4</b> ・室内スポーツ AM ・自主活動（クラフトあり） PM ・自主活動 ・K B T
<b>7</b> ・自主活動 ・クラフト/習字/ペン習字 フラワーアレンジメント AM PM ・新しいスポーツ&レク	<b>8</b> ・今日の一品 AM ・自主活動（クラフトあり） PM ・自主活動 ・こんな時どうする？	<b>9</b> ・自主活動 AM ・読書の時間 PM ・軽スポーツ	<b>10</b> ・自主活動 AM ・コラージュ PM ・軽スポーツ	<b>11</b> ・室内スポーツ AM ・自主活動（クラフトあり） PM ・自主活動
<b>14</b> ・自主活動 ・クラフト/習字/ペン習字 フラワーアレンジメント AM PM ・新しいスポーツ&レク	<b>15</b> ・今日の一品 AM ・自主活動（クラフトあり） PM ・健康ストレッチ ・みちのく	<b>16</b> ・自主活動 AM ・気軽に話そう♪ PM ・軽スポーツ	<b>17</b> ・自主活動 AM ・コラージュ PM ・軽スポーツ	<b>18</b> ・室内スポーツ AM ・自主活動（クラフトあり） PM ・自主活動 ・K B T
<b>21</b> 春分の日	<b>22</b> ・今日の一品 AM ・自主活動（クラフトあり） PM ・自主活動 ・音楽の時間	<b>23</b> ・自主活動 AM ・読書の時間 PM ・自主活動 ・心理教育	<b>24</b> ・自主活動 AM ・コラージュ PM ・自主活動 ・気軽に話そう♪	<b>25</b> ・スポーツ（サンビレッジ） AM ・自主活動（クラフトあり） PM ・自主活動
<b>28</b> ・自主活動 ・クラフト/習字/ペン習字 フラワーアレンジメント AM PM ・新しいスポーツ&レク	<b>29</b> ・今日の一品 AM ・自主活動（クラフトあり） PM ・健康ストレッチ ・みちのく	<b>30</b> ・自主活動 AM ・気軽に話そう♪ PM ・軽スポーツ	<b>31</b> ・自主活動 AM ・コラージュ PM ・軽スポーツ	