

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 秋本番です。食べ物が美味しい季節なので食べる量と時間に注意し、少しでも体を動かす事を意識して過ごしましょう。

月	火	水	木	金
3 <ul style="list-style-type: none"> ・軽スポーツ ・クラフト/習字/ペン習字 フラワーアレンジメント AM PM <ul style="list-style-type: none"> ・全体会&クリーンデイ 	4 <ul style="list-style-type: none"> ・健康ストレッチ AM <ul style="list-style-type: none"> ・自主活動（クラフトあり） PM <ul style="list-style-type: none"> ・みちのく ・自主活動 	5 <ul style="list-style-type: none"> ・軽スポーツ AM <ul style="list-style-type: none"> ・クラフト PM <ul style="list-style-type: none"> ・健康ストレッチ ・自主活動 	6 <ul style="list-style-type: none"> ・軽スポーツ AM <ul style="list-style-type: none"> ・コラージュ PM <ul style="list-style-type: none"> ・自主活動（クラフトあり） 	7 <ul style="list-style-type: none"> ・室内スポーツ AM <ul style="list-style-type: none"> ・自主活動（クラフトあり） PM <ul style="list-style-type: none"> ・自主活動
10 <div style="text-align: center; background-color: #ff4500; color: white; padding: 5px;"> スポーツの日 </div>	11 <ul style="list-style-type: none"> ・健康ストレッチ AM <ul style="list-style-type: none"> ・自主活動（クラフトあり） PM <ul style="list-style-type: none"> ・今月のスイーツ ・自主活動 	12 <ul style="list-style-type: none"> ・軽スポーツ AM PM <ul style="list-style-type: none"> ・自主活動（クラフトあり） 	13 <ul style="list-style-type: none"> ・軽スポーツ AM <ul style="list-style-type: none"> ・コラージュ PM <ul style="list-style-type: none"> ・自主活動（クラフトあり） 	14 <ul style="list-style-type: none"> ・室内スポーツ AM <ul style="list-style-type: none"> ・自主活動（クラフトあり） PM <ul style="list-style-type: none"> ・中山さんと気楽に話そう♪ ・自主活動
17 <ul style="list-style-type: none"> ・収穫祭 AM PM <ul style="list-style-type: none"> ・自主活動 	18 <ul style="list-style-type: none"> ・健康ストレッチ AM <ul style="list-style-type: none"> ・自主活動（クラフトあり） PM <ul style="list-style-type: none"> ・みちのく ・自主活動 	19 <ul style="list-style-type: none"> ・軽スポーツ AM <ul style="list-style-type: none"> ・クラフト PM <ul style="list-style-type: none"> ・健康ストレッチ ・自主活動 	20 <ul style="list-style-type: none"> ・軽スポーツ AM <ul style="list-style-type: none"> ・コラージュ PM <ul style="list-style-type: none"> ・自主活動（クラフトあり） 	21 <ul style="list-style-type: none"> ・室内スポーツ AM <ul style="list-style-type: none"> ・自主活動（クラフトあり） PM <ul style="list-style-type: none"> ・自主活動
24 <ul style="list-style-type: none"> ・軽スポーツ ・クラフト/習字/ペン習字 フラワーアレンジメント AM PM <ul style="list-style-type: none"> ・自主活動 	25 <ul style="list-style-type: none"> ・健康ストレッチ AM <ul style="list-style-type: none"> ・自主活動（クラフトあり） PM <ul style="list-style-type: none"> ・楽器の時間 ・自主活動 	26 <ul style="list-style-type: none"> ・軽スポーツ AM <ul style="list-style-type: none"> ・クラフト PM <ul style="list-style-type: none"> ・健康ストレッチ ・自主活動 	27 <ul style="list-style-type: none"> ・軽スポーツ AM <ul style="list-style-type: none"> ・コラージュ PM <ul style="list-style-type: none"> ・自主活動（クラフトあり） 	28 <ul style="list-style-type: none"> ・スポーツ（サンビレッジ） AM <ul style="list-style-type: none"> ・自主活動（クラフトあり） PM <ul style="list-style-type: none"> ・中山さんと気楽に話そう♪ ・自主活動
31 <ul style="list-style-type: none"> ・軽スポーツ ・クラフト/習字/ペン習字 フラワーアレンジメント AM PM <ul style="list-style-type: none"> ・自主活動 				