

つがる（日常生活支援機能コース） 6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

梅雨時期はくもりがちなが続きますが、天気の良い時には外に出て太陽の光を浴び、体内リズムを整えていきましょう。

月	火	水	木	金
			1 AM ・軽スポーツ PM ・自主活動（クラフトあり）	2 AM ・室内スポーツ ・クラフト PM ・全体会＆クリーンデイ
<div style="border: 1px solid gray; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;"> 畑は天候次第で変更になる事もあります。 宜しくお願いします。 </div>				
5 AM ・軽スポーツ ・畑 PM ・つがるの時間	6 AM ・健康ストレッチ PM ・みちのく ・自主活動（クラフトあり）	7 AM ・軽スポーツ ・クラフト PM ・自主活動	8 AM ・軽スポーツ PM ・自主活動（クラフトあり）	9 AM ・室内スポーツ ・クラフト PM ・自主活動
12 AM ・軽スポーツ ・畑 PM ・クラフト／習字／ペン習字 ・フラワーアレンジメント ・自主活動	13 AM ・健康ストレッチ PM ・今月のお野菜 ・自主活動（クラフトあり）	14 AM ・軽スポーツ PM ・楽器の時間 ・自主活動（クラフトあり）	15 AM ・軽スポーツ PM ・自主活動（クラフトあり）	16 AM ・室内スポーツ ・クラフト PM ・気軽に学ぼうミニ健康講座 ・自主活動
19 AM ・軽スポーツ ・畑 PM ・クラフト／習字／ペン習字 ・フラワーアレンジメント ・自主活動	20 AM ・健康ストレッチ PM ・みちのく ・自主活動（クラフトあり）	21 AM ・軽スポーツ ・クラフト PM ・自主活動	22 AM ・軽スポーツ PM ・中山さんと気楽に話そう♪ ・自主活動	23 AM ・スポーツ（サンビレッジ） ・クラフト PM ・自主活動
26 AM ・軽スポーツ ・畑 PM ・クラフト／習字／ペン習字 ・フラワーアレンジメント ・自主活動	27 AM ・健康ストレッチ PM ・楽器の時間 ・自主活動（クラフトあり）	28 AM ・軽スポーツ ・クラフト PM ・中山さんと気楽に話そう♪ ・自主活動	29 AM ・軽スポーツ PM ・自主活動（クラフトあり）	30 AM ・室内スポーツ ・クラフト PM ・自主活動