


2024年7月

若草病院DC・遊学舎プログラム

◎遊学舎携帯（月～金8:30～17:00）TEL 090-5728-4550

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
午前	1 個別時間	2 個別時間 ヨガでリラックス	3 個別時間	4 個別時間 ダンスdeエクササイズ	5 個別時間 ヨガでリラックス	6	7
午後	個別時間	個別時間	個別時間	七夕飾り付け 	個別時間		
午前	15 個別時間	9 個別時間 ヨガでリラックス	10 個別時間	11 個別時間 ダンスdeエクササイズ	12 個別時間 ヨガでリラックス	13	14
午後	個別時間	個別時間	ドライブ 市立図書館	個別時間	個別時間		
午前	15 	16 個別時間 ヨガでリラックス	17 個別時間	18 個別時間 ダンスdeエクササイズ	19 個別時間 ヨガでリラックス	20	21
午後		個別時間	個別時間	個別時間	個別時間		
午前	22 個別時間	23 個別時間 ヨガでリラックス	24 個別時間	25 個別時間 ダンスdeエクササイズ	26 個別時間 ヨガでリラックス	27	28
午後	盆踊り練習 	個別時間	個別時間	ボウリングに行こう (エースレーン)	楽器サークル		
午前	29 個別時間	30 個別時間 ヨガでリラックス	31 個別時間	<div style="border: 1px solid green; padding: 5px;"> 夏本番ですね。ダンスやヨガなどの運動プログラムに参加し 暑さに負けない身体を作りましょう。 9月には若草祭りを予定しています。お楽しみに！ </div> 			
午後	個別時間	個別時間	個別時間				
午前	≪活動時間≫ 10:00～11:30 午前プログラム 13:30～15:00 午後プログラム ≪お願い≫ ★食事の注文は10時で締め切ります。 ★参加時はマスクを着用して下さい。 ★体調不良時は参加を控えて下さい。		□ 遊学舎のプログラム ■ デイケアとの合同プログラム				
午後							