

2026年

8月のプログラム

	月		火		水		木		金	
午前	3	スポーツ (ボッチャ)	4	SST すずらんプチ講座	5	みんトレ！	6	脳活クラブ	7	くらしらく みんなで創作ライト
午後		頭と体の若返り カラオケ		音楽鑑賞		レッツ！おしごと		川柳 アディクション ミーティング(全)		カラオケ/調理話し合い すずらん創作活動
午前	10	スポーツ (卓球)	11		12	ウォーキング	13	脳活クラブ	14	簡単調理（買物） みんなで創作チャレンジ
午後		頭と体の若返り カラオケ				マリオカートレース		茶話会 アディクション ミーティング(断)		カラオケ/簡単調理 すずらん創作活動
午前	17	スポーツ (ゲートボール)	18	当事者研究 すずらんプチ講座	19	盆踊り	20	脳活クラブ	21	くらしらく みんなで創作ライト
午後		頭と体の若返り カラオケ		リラクゼーション (男性)		映画鑑賞		発見探検ぼくの町 アディクション ミーティング(断)		ミニカラオケ ディケア交流会
午前	24	外モルック	25	SST すずらんプチ講座	26	体育館	27	脳活クラブ	28	全体ミーティング
午後		頭と体の若返り カラオケ		リラクゼーション (女性)		レッツ！おしごと		自分を知ろう アディクション ミーティング(料)		カラオケ すずらん創作活動
午前	31	みんなでゲーム	9月 1	当事者研究 すずらんプチ講座	2	みんトレ！	3	脳活クラブ	4	お祭準備
午後		頭と体の若返り カラオケ		ヨガ(男性)		レッツ！おしごと		川柳 アディクション ミーティング(全)		ウトナイ祭り

お知らせ

○感染症対策のため、風邪症状がある場合は自宅での休養をお願いします。
来所時は手洗いとマスク着用をお願いします
○カラオケは人数を限定した形で行います。

○手工芸室が毎週水曜日10:15～11:45と毎週金曜日13:15～14:40はプログラムで使用するため、利用できません
○ウォーキングは雨天時は室内プログラムを行います