

令和2年
2020

なかまクリニック



		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
第1週	午前		1 書道教室	2 ヨガ・エアロビ	3 外国語	4 口の体操 コーラス
	午後		ボードゲーム	ソフトバレー	DVD 卓球	DVD 卓球
第2週	午前	7 ユンタク会 園芸	8 書道教室	9 ヨガ・エアロビ	10 認知リハビリ	11 口の体操 コーラス
	午後	DVD 卓球	バドミントン	Gゴルフ大会	DVD 卓球	料理教室
第3週	午前	14 ユンタク会 園芸	15 絵画教室	16 プログラム作成 心のストレッチ	17 生活サービス 外国語	18 口の体操 コーラス
	午後	ドライブ	DVD 卓球	卓球大会	カラオケ	買い物
第4週	午前	21 ユンタク会 園芸	22 書道教室	23 ヨガ・エアロビ	24 認知リハビリ	25 口の体操 コーラス
	午後	ドライブ	大掃除	クリスマス パーティー	カラオケ	DVD 卓球
第5週	午前	28 ユンタク会 園芸	29 絵画教室			
	午後	カラオケ	DVD 卓球			

橙字⇨体育館 青字⇨D室内 紫字⇨D室外 緑字⇨イベント
17日に生活サービスを実施します！（変更の可能性あります。）

※毎月ミラソルへの見学・体験を実施します。（希望者のみ）