

2023年8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 | 3 個別時間 | 4 個別時間 ----- ヨガでリラックス | 5 | 6 |
| 午後 | | 個別時間 | 個別時間 | 個別時間 | 個別時間 | | |
| 午前 | 7 ----- 個別時間 ストレッチ | 8 個別時間 | 9 個別時間 | 10 個別時間 | 11  | 12 | 13 |
| 午後 | 個別時間 | 個別時間 | 個別時間 | 個別時間 | | | |
| 午前 | 14 ----- 個別時間 ストレッチ | 15 個別時間 | 16 個別時間 | 17 個別時間 | 18 個別時間 ----- ヨガでリラックス | 19 | 20 |
| 午後 | 個別時間 | 個別時間 | 個別時間 | 個別時間 |  | | |
| 午前 | 21 ----- 個別時間 ストレッチ | 22 個別時間 | 23 個別時間 | 24 個別時間 | 25 個別時間 ----- ヨガでリラックス | 26 | 27 |
| 午後 | 個別時間 | 個別時間 | 個別時間 | 個別時間 | 個別時間 | | |
| 午前 | 28 ----- 個別時間 ストレッチ | 29  | 30 個別時間 | 31 個別時間 |  | |  |
| 午後 | 個別時間 | サンメッセ日南に行こう | 個別時間 | 個別時間 | | | |

《お知らせ》

★食事を希望する場合は10時までに連絡をお願いします。

★参加時はマスクを着用してください。

※音楽サークル、一日レクあります！

《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

 遊学舎のプログラム

 デイケアとの合同プログラム