

🎈 1月の外来リハビリテーション予定表 🎏

	日	月	火	水	木	金	土		
	31	1	2	3	4	5	6		
午前		元日	正月休み	正月休み	音楽療法	趣味のパソコン ストレッチ (2階)	パーラービーズ 茶道		
午後Ⅰ							絵画倶楽部 軽スポーツ グループミーティング	ストレッチ (1階) ひかりG	★ 映画鑑賞 ★
午後Ⅱ							カラオケ		
	7	8	9	10	11	12	13		
午前		成人の日	趣味のパソコン 貼り絵・塗り絵	ストレッチ ビーズ	音楽療法	趣味のパソコン ストレッチ (2階)	パーラービーズ スウィーツクラブ		
午後Ⅰ			スポーツ ジブンマニュアル	初詣 (出雲大社) 	絵画倶楽部 軽スポーツ グループミーティング	ストレッチ (1階) レインボーG	茶道 手工芸		
午後Ⅱ					木木クッキング				
	14	15	16	17	18	19	20		
午前		ペン習字・漢字検定 一句の会	趣味のパソコン 貼り絵・塗り絵	キャンドル作り 	音楽療法	趣味のパソコン ストレッチ (2階)	パーラービーズ サタデークッキング		
午後Ⅰ		編み物 ダイエットプログラム KJ会社	スポーツ ジブンマニュアル	ストレッチ ビーズ	絵画倶楽部 軽スポーツ グループミーティング	ストレッチ (1階) レクリエーション  内容はお楽しみ!	茶道 手工芸		
午後Ⅱ					カラオケ				
	21	22	23	24	25	26	27		
午前		ペン習字・漢字検定 一句の会	趣味のパソコン 貼り絵・塗り絵	ランチパーティー 	音楽療法	趣味のパソコン ストレッチ (2階)	パーラービーズ スウィーツクラブ		
午後Ⅰ		編み物 ダイエットプログラム KJ会社	スポーツ ジブンマニュアル	ストレッチ ビーズ	絵画倶楽部 軽スポーツ グループミーティング	ストレッチ (1階) 太陽G	茶道 手工芸		
午後Ⅱ					木木クッキング				
	28	29	30	31	 太陽G … 10~30代 レインボーG … 40~50代 ひかりG … 60~70代 年代別のグループでも活動しています				
午前		ペン習字・漢字検定 一句の会	趣味のパソコン 貼り絵・塗り絵	染色体験 (藍染め) 					
午後Ⅰ		編み物 ダイエットプログラム KJ会社	スポーツ ジブンマニュアル	ストレッチ ビーズ					
午後Ⅱ									