



週間プログラム



	午前	午後	ナイトケア
月	プラモデル・模型 シェアリング リズムダンスエクササイズ ニュース現在・過去・未来	My Life～自分らしく生きる～ 思い出の旅路 やさしいヨガ みんなで話そう	
火	はじめての料理 ストレッチ 頭の体操 ビューティー倶楽部	メタ認知教室 喫茶ラ・フルール 映画・アニメ倶楽部 俳句と書道	カフェ・サロン ゲームや塗り絵 一人の時間 たまにカラオケ
水	手工芸の時間 ストレスと健康講座 カラオケ 水曜の書齋	日本全国おやつ旅 当事者研究 ロコモ体操 おんがく同好会	
木	スパイス研究室 統合失調症を学ぼう リハビリと体操 アタマゆるゆるTime	けいおん！ビギナーズ 自分の取扱説明書 フットサルルーキーズ お役立ち DOGA	
金	からだにやさしい食卓 STEP☆UP体操 パソコン・パズルと芸術 ペン習字	カラオケ ココロ・ひと休み バラエティ工房 あなたの持ち時間です	カフェ・サロン ゲームや塗り絵 一人の時間 たまにカラオケ
土	毎月のプログラム内容は 週の初めに掲示いたします。		