

	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
10:30	書道	グループミーティング	水墨画	ヨガ(DVD)	茶話会	
	彫刻				切り絵	
13:30	太極拳(DVD)	リズムストレッチ	自カ整体(DVD)	歌詠みの会〜ビギナーズ〜	つぼ・マッサージ(DVD)	
			レザークラフト			
	8	9	10	11	12	13
AM	書道	グループミーティング	イージー当事者研究	ヨガ	茶話会	自カ整体
	彫刻	イージーピラティス	ワラ細工	Let's 基	切り絵	
PM	EIGO de hanaso *	ストリートダンス	やさしい自カ整体	芸術療法	看護師のセルフチェック	何でもありPG
	棒体操	リワーク	レザークラフト	手話	ミュージックスタジオ	
	15	16	17	18	19	20
AM	書道	グループミーティング	水墨画	ヨガ	茶話会	
	彫刻	イージーピラティス	自カ整体(DVD)	パソコン教室/リサーフガイド	切り絵	
PM	卓球(1対1)	リズムストレッチ	笑いヨガ	歌詠みの会〜ビギナーズ〜	つぼ押しエクササイズ	
	パステル和アート		レザークラフト	ストレスマネジメント	ハーバリウム	
	22	23	24	25	26	27
AM	☐22日以降の予定は、後日お知らせいたします。 ☐ヨガマットを永く清潔にご利用頂くため、マットご使用の際はバスタオルを持参していただきますようご協力よろしくお願いします。 ☐心理系プログラムは、毎回60分〜90分になりますので、ご了承願います。					
PM						
	29	30				
AM			: new : 講師 : オンライン対応 ご自宅から、オンラインでもご参加可能です。 詳細はスタッフまで。			
PM						
リサーフガイド…対象:ご利用間もない方(はじめて〜利用回数が10回程度まで), 前回のご利用から間が空いている方。ガイダンスを行います。 木曜のプログラム以外にも、個別リサーフガイドを実施しております。(月〜土9:45〜10:15, 14:45〜15:15)スタッフにぜひお声かけ下さい。						

デイケア リサーフ Tel:0774-68-2203