

	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
10:30	書道 彫刻	グループミーティング	はじめての水墨画	ヨガ(DVD)	茶話会	切り絵
13:30	太極拳(DVD)	リズムストレッチ	自力整体(DVD)	歌詠みの会〜ビギナーズ〜	つぼ・マッサージ(DVD)	
	8	9	10	11	12	13
AM	書道 彫刻	グループミーティング イージーピラティス	イージー当事者研究 ワラ細工	ヨガ	茶話会	自力整体
PM	EIGO de hanaso *	ストリートダンス	やさしい自力整体	芸術療法	看護師のセルフチェック	何でもありPG
		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 彫刻	グループミーティング イージーピラティス	はじめての水墨画	ヨガ	茶話会	
PM	卓球(1対1) パステル和アート	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	
			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	書道 彫刻	グループミーティング 椅子ヨガ	イージー当事者研究 ワラ細工	ヨガ	茶話会	卓球(1対1)
PM	EIGO de hanaso *	ストリートダンス	卓球(1対1)	芸術療法	看護師のセルフチェック	なんでもありPG
		リワーク	レザークラフト	手話	ミュージックスタジオ	(講師募集中)
	29	30	: 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。 <input type="checkbox"/> 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。 <input type="checkbox"/> 心理系プログラムは、毎回60分〜90分になりますので、ご了承ください。			
AM	書道 彫刻	グループミーティング 太極拳(DVD)				
PM	卓球(1対1) パステル和アート	リズムストレッチ				

デイケア リサーチ Tel:0774-68-2203

リサーチガイド…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、個別リサーチ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。