

生活サポート コバン

3月 活動予定表



	日	月	火	水	木	金	土
活動時間 AM 10:00~ 11:00	1日 休み	2日 軽運動活動 ~コバンのコミット~	3日 園芸活動 ~テイクアと合同~	4日 創作活動 ~ベンチ作り~	5日 フリー活動	6日 いきいき健康活動 ~テイクアと 合同ストレッチ~	7日 パソコン活動
PM 13:30~ 14:30		パソコン活動	料理活動 メニュー決め 基礎学習・クッキング	スポーツ活動	コミュニUP活動 ~茶話・レク・スピーチ~	ヘルシースイーツ ~アレンジ~ ヨーグルト	サタデー活動
AM 10:00~ 11:00	8日 休み	9日 軽運動活動 ~コバンのコミット~	10日 園芸活動 ~テイクアと合同~ 花見ミーティング	11日 創作活動 ~ベンチ作り~	12日 フリー活動	13日 いきいき健康活動 ~テイクアと 合同ストレッチ~	14日 パソコン活動
PM 13:30~ 14:30		コバndeミュージック	料理活動 ~調理実習~	スポーツ活動 ~かけはし合同卓球~	コミュニUP活動 ~茶話・レク・スピーチ~	ほっこりスイーツ ~いちご豆腐~	サタデー活動
AM 10:00~ 11:00	15日 休み	16日 軽運動活動 ~コバンのコミット~	17日 園芸活動 ~テイクアと合同~	18日 創作活動 ~ベンチ作り~	19日 フリー活動	20日 春分の日 休み	21日 パソコン活動
PM 13:30~ 14:30		パソコン活動	料理活動 メニュー決め 花見ミーティング	スポーツ活動	コミュニUP活動 ~茶話・レク・スピーチ~		サタデー活動
AM 10:00~ 11:00	22日 休み	23日 軽運動活動 ~コバンのコミット~	24日 園芸活動 ~テイクアと合同~	25日 創作活動 ~ベンチ作り~	26日 フリー活動	27日 いきいき健康活動	28日 パソコン活動
PM 13:30~ 14:30		コバndeミュージック	料理活動 ~調理実習~	スポーツ活動 ~かけはし合同卓球~	コミュニUP活動 ~茶話・レク・スピーチ~	ほっこりスイーツ ~オレンジチーズケーキ~	サタデー活動 16時~ 集いの会
AM 10:00~ 11:00	29日 休み	30日 軽運動活動 ~コバンのコミット~	31日 お花見 10:00~14:00頃 ※内容、場所などの詳細は 3/10、3/17のミーティングに て決定予定です				
PM 13:30~ 14:30		パソコン活動					

※ グループ活動以外に、個別の活動も行っています。