



# 生活サポート コパン

## 4月活動予定表



	日	月	火	水	木	金	土
活動時間	28日	29日	30日	31日	1日	2日	3日
AM 10:00~11:00					フリー活動	いきいき健康活動	パソコン活動
PM 13:30~14:30					コミュニUP活動 ～お茶・雑話・スピーチ～ 	ヘルシースイーツ ～いちごクリームの～ ロールケーキ	サタデー活動 ～園芸準備活動～ 
AM 10:00~11:00	4日 休み	5日 軽運動活動 ～ストレッチ・ヨガ～ 	6日 園芸活動 	7日 創作活動 ～バンブーアート～ 	8日 フリー活動	9日 いきいき健康活動	10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 	室内レク活動 	コミュニUP活動 ～お茶・雑話・スピーチ～ 	ほっこりスイーツ ～スイートポテトパイ～ 	サタデー活動 
AM 10:00~11:00	11日 休み	12日 軽運動活動 ～ストレッチ・ヨガ～ 	13日 園芸活動 	14日 創作活動 ～バンブーアート～ 	15日 フリー活動	16日 いきいき健康活動	17日 パソコン活動
PM 13:30~14:30		パソコン活動	料理活動 ～調理実習～ 	室内レク活動 	コミュニUP活動 ～お茶・雑話・スピーチ～ 	ヘルシースイーツ ～アレンジ白玉～ 	サタデー活動 ～園芸準備活動～ 
AM 10:00~11:00	18日 休み	19日 軽運動活動 ～ストレッチ・ヨガ～ 	20日 園芸活動 	21日 創作活動 ～バンブーアート～ 	22日 フリー活動	23日 いきいき健康活動	24日 パソコン活動
PM 13:30~14:30		パソコン活動	料理活動 ～調理実習～ 	室内レク活動 	コミュニUP活動 ～お茶・雑話・スピーチ～ 	ほっこりスイーツ ～キャラメルプリン～ 5月メニュー決め	サタデー活動 
AM 10:00~11:00	25日 休み	26日 軽運動活動 ～ストレッチ・ヨガ～ 	27日 園芸活動 	28日 創作活動 ～バンブーアート～ 	29日 昭和の日  休み	30日 いきいき健康活動	
PM 13:30~14:30		パソコン活動	料理活動 ～調理実習～ 	室内レク活動 		ヘルシースイーツ ～桜もち～ 	

※ グループ活動以外に、個別の活動も行っています。