



生活サポートコパン

12月 活動予定表



	日	月	火	水	木	金	土
活動時間 AM 10:00~ 11:00	27日	28日	29日	30日	1日	2日	3日
PM 13:30~ 14:30					フリー活動	いきいき健康活動	パソコン活動
					コミュニUP活動 ～お茶・講座・スピーチ～	ほっこりスイーツ ～メニュー決め～	サタデー活動
AM 10:00~ 11:00	4日	5日	6日	7日	8日	9日	10日
PM 13:30~ 14:30	休み	軽運動活動 ～ストレッチ・ヨガ～ パソコン活動	園芸活動 料理活動 ～メニュー決め～ 基礎学習クッキング	～ 創作活動 カレンダー作り・ ペーパープラフ レク活動	フリー活動 コミュニUP活動 ～お茶・講座・スピーチ～	いきいき健康活動 ほっこりスイーツ	パソコン活動 サタデー活動
AM 10:00~ 11:00	11日	12日	13日	14日	15日	16日	17日
PM 13:30~ 14:30	休み	軽運動活動 ～ストレッチ・ヨガ～ パソコン活動	園芸活動 料理活動 ～調理実習～	～ 創作活動 カレンダー作り・ ペーパープラフ レク活動	フリー活動 コミュニUP活動 ～お茶・講座・スピーチ～	いきいき健康活動 ほっこりスイーツ	パソコン活動 サタデー活動
AM 10:00~ 11:00	18日	19日	20日	21日	22日	23日	24日
PM 13:30~ 14:30	休み	軽運動活動 ～ストレッチ・ヨガ～ パソコン活動	園芸活動 料理活動 ～調理実習～	～ 創作活動 カレンダー作り・ ペーパープラフ レク活動	フリー活動 コミュニUP活動 ～お茶・講座・スピーチ～	いきいき健康活動 ほっこりスイーツ ～ミニクリスマス会～	パソコン活動 サタデー活動 ～年末小掃除とアイス～ 16時～ もぎの会
AM 10:00~ 11:00	25日	26日	27日	28日	29日	30日	31日
PM 13:30~ 14:30	休み	軽運動活動 ～ストレッチ・ヨガ～ パソコン活動	園芸活動 ～年のしめくり (ダイコン、じゃがいも会) 料理活動 ～なんちゃって焼肉会～	～ 作業とアイス ～床ワックス掛け(予定)～ レク活動	フリー活動 コミュニUP活動 ～お茶・講座・スピーチ～	いきいき健康活動 ほっこりスイーツ	パソコン活動 年の瀬話と紅茶

※ グループ活動以外に、個別の活動も行っています。

2022.12