



生活サポートコパン



活動予定表



	日	月	火	水	木	金	土
活動時間 AM 10:00~ 11:00	1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日
	休み	軽運動活動 ～ストレッチ・ヨガ～ パソコン・学習活動	園芸活動 料理活動 ～基礎学習～	創作活動 カレンダー作り ペーパークラフト レク活動 ～かけはし合同卓球～	フリー活動	いきいき健康活動 ～体操・散歩・WII～ ほっこりスイーツ ～クッキー～	パソコン・学習活動 サタデー活動 ～スポーツ・音楽・創作～
PM 13:30~ 14:30							
AM 10:00~ 11:00	8日	9日	10日	11日	12日	13日	14日
	休み	スポーツの日 休み	園芸活動 料理活動 ～焼肉～	創作活動 カレンダー作り ペーパークラフト レク活動	フリー活動	いきいき健康活動 ～体操・散歩・WII～ ほっこりスイーツ ～バスケット・スケーキ～	パソコン・学習活動 サタデー活動 ～スポーツ・音楽・創作～
PM 13:30~ 14:30							
AM 10:00~ 11:00	15日	16日	17日	18日	19日	20日	21日
	休み	軽運動活動 ～ストレッチ・ヨガ～ パソコン・学習活動	園芸活動 料理活動 ～キッシュ～	創作活動 カレンダー作り ペーパークラフト レク活動 ～かけはし合同卓球～	フリー活動	いきいき健康活動 ～体操・散歩・WII～ ほっこりスイーツ ～リゾレ～	パソコン・学習活動 サタデー活動 ～ドライブ・外出～
PM 13:30~ 14:30							
AM 10:00~ 11:00	22日	23日	24日	25日	26日	27日	28日
	休み	軽運動活動 ～ストレッチ・ヨガ～ パソコン・学習活動	園芸活動 料理活動 ～肉巻き～	創作活動 カレンダー作り ペーパークラフト レク活動 ～かけはし合同卓球～	フリー活動	いきいき健康活動 ～体操・散歩・WII～ ほっこりスイーツ ～11月のメニュー決め～	パソコン・学習活動 サタデー活動 ～スポーツ・音楽・創作～
PM 13:30~ 14:30							
AM 10:00~ 11:00	29日	30日	31日	1日	2日	3日	4日
	休み	軽運動活動 ～ストレッチ・ヨガ～ パソコン・学習活動	園芸活動 ～野菜でCooking!～ 料理活動 ～11月のメニュー決め～				
PM 13:30~ 14:30							

※ グループ活動以外に、個別の活動も行っています。

2023.10