

「あいはな」月間プログラム



令和 7 年 12 月 予定

	月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5	6	7
午前	プログラム ミーティング	ワークライフ 	創作活動	創作活動	あいはな塾 バザー準備		
午後	創作活動	ティータイム 	動画鑑賞	ストレッチ& ウォーキング	あいはなバザー		
	8	9	10	11	12	13	14
午前	あいはな塾	創作活動	ワークライフ 	硬筆 	ワークライフ 		
午後	ストレッチ& ウォーキング	脳トレ	動画鑑賞	朗読会 	スポーツ (瞑想)		
	15	16	17	18	19	20	21
午前	ワークライフ お弁当	生活豆知識	脳トレ	ワークライフ 	あいはな塾		
午後	ストレッチ& ウォーキング	ゲーム	動画鑑賞	スポーツ (瞑想)	創作活動		
	22	23	24	25	26	27	28
午前	脳トレ	あいはな塾	あいはな塾	健康教室	硬筆 		
午後	スポーツ (瞑想)	朗読会 	動画鑑賞	ティータイム 	ストレッチ& ウォーキング		
	29	30	31	<p>感染症等の影響により 状況によっては プログラム内容を 変更する場合があります。 ご了承ください。</p>			
午前	創作活動	年末 ティータイム	大晦日 				
午後	ストレッチ& ウォーキング						

活動時間

- 9:00 ~ 12:00…午前の活動
- 12:00 ~ 12:30…昼食・休憩
- 12:30 ~ 15:30…午後の活動

※創作活動では、手芸・絵画・硬筆・書道なども行っています。
※自主活動として、プログラムに参加せず、個別活動も出来ます。
ただし、その際はスタッフに許可を取ってから行ってください。

