

生きるを楽しく!

津久井浜クリニック トイケア プログラム

	月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3	4
AM	3月			豊作	茶話会	ひなまつり	日曜日
PM				カラオケ	スポーツ 認活	ひなまつり	本日はお休みします。
	5	6	7	8	9	10	11
AM	いしこ	フリータイム 個別相談	MCT	ごちそう パスタ	生活の うえ袋	ハーフ ストレッチ GT	日曜日
PM	DANCE DANCE DANCE	スポーツ 認活	買い物散歩	ヨガ	豊作 認活	カラオケ	本日はお休みします。
	12	13	14	15	16	17	18
AM	笑いヨガ	カラオケ	勉強のツキ	スポーツ	フリータイム 個別相談	菓子作り	日曜日
PM	理科室 理科実験室	買い物 散歩 認活	勉強のツキ	すげえ しゅげえ	腹活 認活	豊作	本日はお休みします。
	19	20	21	22	23	24	25
AM	すこや体 GT	ごちそう サラダ	春分の日	フリータイム 個別相談	MCT	CINEMA	日曜日
PM	カラオケ	スポーツ 認活	本日はお休みします。	ヨガ	買い物 散歩 認活	DAY	本日はお休みします。
	26	27	28	29	30	31	
AM	フリータイム 個別相談	豊作	今年の 始めました	保健だより 3月号	買い物ドライブ	1st ANNIVERSARY	
PM	カラオケ	スポーツ 認活	今年の 始めました	芸術散歩	おしゃべり 認活	1st ANNIVERSARY	

【運営時間:9:30~15:30】

- 受付 : 9:00~
- 朝ミーティング (シナプソロジー) : 9:40~
- AMプログラム : 10:10~11:30
- 昼食 : 12:00~13:00
- PMプログラム : 13:30~15:00
- 帰ミーティング(掃除) : 15:00~

先月から新しいプログラムを作りました!

腹活

気になるお腹が引き締まるというな♪ と筋力アップを期待して。

すこや体 GT

楽しみながら身体を使った レクリエーションを行っていきます♪



<https://www.facebook.com/profile.php?id=100016585755818>

