

デイサービスセンター
いわま
プログラム予定表

令和7年4月



	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜		
		1	2	3	4	5	6		
午前		脳と体の体操・各種体操/入浴							
		ボクシング体操	セラバンド体操		棒体操				
午後		青竹体操	ズンドコ体操		リラックス体操				
		エンジョイタイム							
	7	8	9	10	11	12	13		
午前	脳と体の体操・各種体操/入浴								
	タオル体操		太極拳体操		スポーツ体操				
午後	花笠体操		テレビ体操		ズンドコ体操				
	エンジョイタイム								
	14	15	16	17	18	19	20		
午前	脳と体の体操・各種体操/入浴								
	青竹体操		タオル体操		リラックス体操				
午後	リラックス体操		ボクシング体操		テレビ体操				
	エンジョイタイム								
	21	22	23	24	25	26	27		
午前	脳と体の体操・各種体操/入浴								
	タオル体操		棒体操		リラックス体操				
午後	ズンドコ体操		セラバンド体操		スポーツ体操				
	エンジョイタイム								
	28	29	30	31					
午前	脳と体の体操・各種体操/入浴								
	青竹体操		ボクシング体操						
午後	テレビ体操		太極拳体操						
	エンジョイタイム								



都合により、予定が変更となる場合がございます。
名称等、ご不明な点がございましたらお気軽に
お問い合わせください。

