

## 2022年度 12月 リハビリテーションセンタープログラム表

	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
AM				個別ワーク	/	フリータイム
PM				リラクゼーション (ストレッチ)		
	5	6	7	8	9	10
AM	個別ワーク	個別フリー	薬剤師のプログラム	個別ワーク	/	運動プログラム 「卓球」
PM	テーマトーク	マインドフルネス	個別フリー	フリータイム		
	12	13	14	15	16	17
AM	創作フリー	個別ワーク	創作フリー	個別ワーク	/	フリータイム
PM	ブレインタイム	運動プログラム 「ペタンク」	フリータイム	リラクゼーション (ストレッチ)		
	19	20	21	22	23	24
AM	マインドフルネス	個別ワーク	薬剤師のプログラム	看護師のプログラム	/	運動プログラム 「ペタンク」
PM	個別フリー	フリータイム	個別フリー	個別ワーク		
	26	27	28	29	30	31
AM	個別フリー	書道	ブレインタイム	個別ワーク	/	
PM	映画鑑賞	今月の振り返り	リラクゼーション (ストレッチ)	心理師のプログラム		

### ○年末年始のお知らせ

今年は29日(木)が最終日、新年は1月4日(水)からとなります。

※プログラムは都合により、変更する場合がございます。