

毎日のプログラム内容



調理プログラム（昼食作り）は月曜日から土曜日まで毎日行っています。曜日別の活動については以下の通りです。

何曜日の活動に興味がありますか？

| | 朝の活動 | 午後の余暇活動 |
|---|-----------------|----------------------------|
| 月 | お茶会（日本茶） | スポーツ&ドライブ |
| 火 | 買い出しツアー | お菓子作り / Wii スポーツ （隔週） |
| 水 | お茶会 （のんびり茶道） | Wii Fit 筋トレ、ヨガ、バランスゲーム |
| 木 | ゆっくり散歩 | 燃焼系 DVD でダイエット |
| 金 | お茶会（ハーブティー） | ショッピング&ドライブ |
| 土 | 隔週で今週の振り返り | ゆっくり DVD 鑑賞 （リクエストもOK!） |

その他、個別のプログラムもたくさんあります。

例：金銭管理・パソコン（Word）・夕食作り・
園芸・裁縫・生け花などなど