

5月 MAY 2025

曜日	月 (MON)	火 (TUE)	水 (WED)	木 (THU)	金 (FRI)
日付				1	2
午前				しゅみの園芸 屋内活動/屋外活動	絵画 SST (コアフェイ ストレーニング)
午後				ピラティス SOUZOU	シアター館
日付	5	6	7	8	9
午前	こどもの日	振替休日	ウォーキング 病気のはなし	しゅみの園芸 屋内活動/屋外活動	絵画 SST (コアフェイ ストレーニング)
午後			燃え魂 e-スポーツ	ヨガ SOUZOU	先生と話そう 遊ぼう
日付	12	13	14	15	16
午前	リラックス	ストレッチ しゅみの園芸	ウォーキング 病気のはなし	しゅみの園芸 屋内活動/屋外活動	絵画 (写生大会) SST
午後	くらしの書 ストレスマネジ メント (実践編)	WRAP	燃え魂 e-スポーツ	ピラティス SOUZOU	〇〇大会
日付	19	20	21	22	23
午前	リラックス	ストレッチ しゅみの園芸	ウォーキング 病気のはなし	しゅみの園芸 屋内活動/屋外活動	絵画 (写生大会) SST
午後	くらしの書 ストレスマネジ メント (実践編)	WRAP	燃え魂 e-スポーツ	ヨガ SOUZOU	先生と話そう 遊ぼう
日付	26	27	28	29	30
午前	リラックス	ストレッチ しゅみの園芸	ウォーキング 病気のはなし	しゅみの園芸 屋内活動/屋外活動	絵画 SST
午後	くらしの書 ストレスマネジ メント (実践編)	WRAP	燃え魂 e-スポーツ	ピラティス SOUZOU	〇〇大会

『自主活動』のプログラムは毎日あります。場所を用意しておりますので、勉強や読書、プログラムの宿題を行う時間としてご利用ください。

文字の背景が黄色のプログラムは、今月から始まる新しいプログラムや特別プログラム、曜日が変更となったプログラムです。

《裏面はプログラム紹介です》