

2019年 2月プログラム予定表

	日	月	火	水	木	金	土
午前						1 カラオケ② 自主活動	2
						B:男性クッキング (手巻き寿司) 自主活動	
午前	3	4 カラオケ① 自主活動	5 AL心理プログラム 自主活動	6 カラオケ② 自主活動	7 断酒グループ 自主活動	8 ウキウキ体操 自主活動	9
		ウォーキング 自主活動	カラオケ 自主活動	G:茶話会 (ピアサポーターと) 自主活動	自主活動	たんぼぼクラブ 自主活動	
午前	10	11 <b style="color: red;">建国記念の日	12 ALプログラム 自主活動	13 カラオケ① 自主活動	14 断酒グループ 自主活動	15 カラオケ② 自主活動	16
			ゲーゴルゲーム 自主活動	DVD鑑賞 女性ミーティング (活動について) 自主活動	自主活動	ウォーキング G:外出 自主活動	
午前	17	18 カラオケ① ウォーキング 自主活動	19 ALプログラム 自主活動	20 カラオケ② ウォーキング 自主活動	21 断酒グループ 自主活動	22 ウォーキング 自主活動	23
		女性お菓子作り ウキウキ体操 自主活動	カラオケ 自主活動	ホープグループ 自主活動	自主活動	たんぼぼクラブ 自主活動	
午前	24	25 ウキウキ体操 自主活動	26 ALプログラム 自主活動	27 カラオケ① 自主活動	28 断酒グループ 自主活動		
		ゲーゴルゲーム 自主活動	自主活動	ウォーキング 自主活動	自主活動		
午後							