

筑波大学附属病院 認知カアアップディケア 11月プログラム

	月	火	水	木	金
	1	2	3	4	5 (赤)
朝活		朝の会&知的活動	文化の日		朝の会&知的活動
AM		「カゴメROCK!!!★ 音楽サロン」 磯上朋子先生/小山文代先生			回想法 —自分史作り③—
PM		勇ましく、たおやかに 「和クササイズ」 西崎 鼓美 先生			「エクササイズ」 小山 雅弘 先生
	8	9	10 (赤)	11	12 (青)
朝活		朝の会&知的活動	朝の会&知的活動		朝の会&知的活動
AM		「芸術」 及部 智子 先生	「ヒバリの音楽♪」 磯上朋子先生/宮武のぞみ先生		♪No Music.No Life♪ 「Special Jazz Day!!」 外山トリオ (外山安樹子/pf 関口宗之/wb 秋葉正樹/ds)
PM		「チャイニーズ・ エクササイズ」 恩田 享位 先生	「エクササイズ」 小山 雅弘 先生		「ものづくり大学」 羽田 舞子 先生
	15	16	17 (青)	18	19 (赤)
朝活		朝の会&知的活動	朝の会&知的活動		朝の会&知的活動
AM		回想法 —自分史作り③—	「春日アンサンブル☆音楽」 折山もと子先生/宮武のぞみ先生		「芸術」 及部 智子 先生
PM		心と体の 「機能向上エクササイズ」 杉本 季依美 先生	「本山式筋トレ」 本山 輝幸 先生		「チャイニーズ・ エクササイズ」 恩田 享位 先生
	22	23	24 (赤)	25	26 (青)
朝活		勤労感謝の日	朝の会&知的活動		朝の会&知的活動
AM			「ものづくり大学」 羽田 舞子 先生		心と体の 「機能向上エクササイズ」 杉本 季依美 先生
PM			心と体の 「機能向上エクササイズ」 杉本 季依美 先生		「シナプソロジー®」 早川 昌宏 先生
	29	30	<注意> ・11/12(金)午前は、応募多数の場合は抽選となります。落選者には11/8(月)にご連絡します。 ・引き続き、ご利用予定日一週間前までの完全予約制となります ・発熱、風邪症状等で体調不良時の際はお休み下さい ・プログラムは予告なく変更になる場合があります ・「新型コロナウイルスチェックシート」を記入の上、ご持参下さい		
朝活		朝の会&知的活動			
AM		書道① テーマ「自分の名前」			
PM		「シナプソロジー®」 早川 昌宏 先生			