

開催日	日	月	火	水	木	金	土				
	朝の体操 時間割					1	2				
1・2・3階	2階 火・水・金 10:30~			4階 月・水・金 11:00~			合唱 (谷本先生・苅谷先生)	音読			
4・5階								3階			
14:30~15:30	3階 火・水・金 10:50~			5階 月・水・金 11:20~				アラカルト 合唱			
	3	4	5	6	7	8	9				
1・2・3階	頭の体操	ネイルケア	風船バレー	うたの会 (小澤先生・貝津先生)	日本舞踊	麻雀とカラオケ	大人のぬり絵				
4・5階	【1.2階】14:30~【3階】15:00~		3階				3階	【1.2階】14:30~【3階】15:00~			
14:30~15:30	作品作成	スヌーズレン	豊泉家 スクール				DVD鑑賞	DVD鑑賞	腰痛体操	書写 朗読	
	4階	5階	4階	5階	4階	5階	【3階】14:30~【4階】15:00~	6階	6階	4階	5階
	10	11	12	13	14	15	16				
1・2・3階	うたの時間	3B体操	落語の会	ギター演奏会 (松下先生)	漢字クイズ	頭の体操	アラカルト				
4・5階	【1.2階】14:30~【3階】15:00~				3階	3階	【1.2階】14:30~【3階】15:00~				
14:30~15:30	作品作成				DVD鑑賞	大人のぬり絵	ネイルケア	DVD鑑賞	手指運動	大人のぬり絵 音楽鑑賞	
	4階	5階	6階	6階	4階	5階	4階	5階	4階	5階	
	17	18	19	20	21	22	23				
1・2・3階	漢字クイズ	書写	ウクレレの会	Ree & Kyo ~歌のひと時~	エンターテイメント ハンマー ダルシマー		風船バレー				
4・5階	【1.2階】14:30~【3階】15:00~						【1.2階】14:30~【3階】15:00~		3階		
14:30~15:30	作品作成	アラカルト					ネイルケア	音楽鑑賞	カレンダー作成	アロマヨガ	
	4階	5階	4階	5階	6階	6階	4階	5階			
	24	25	26	27	28	29	30				
1・2・3階	大人のぬり絵	音読	ハッピーハニー (若本先生・苅谷先生・小寺先生)	合唱と朗読 (金澤先生・苅谷先生)	フラワーアレンジメント	ティーパーティ (苅谷先生)	カレンダー作成				
4・5階	【1.2階】14:30~【3階】15:00~				【1.2階】14:30~【3階】15:00~		3階	【1.2階】14:30~【3階】15:00~			
14:30~15:30	豊泉家 スクール	カレンダー作成			フラワー アレンジメント		DVD鑑賞	合唱	アラカルト	手指運動	
	4階	5階	4階	6階	4階	5階	6階	4階	5階		
	31	<p>《アラカルト》 大人の塗り絵・漢字クイズ・頭の体操・詩吟・ 囲碁・川柳・音読・麻雀など、様々など アクティビティの中から、自身で好きな物を選択し行っていただけます。</p>									
1・2・3階	アラカルト										
4・5階	【1.2階】14:30~【3階】15:00~										
14:30~15:30	腰痛体操	大人のぬり絵									
	4階	5階									

★水分補給（お茶・ジュース等）のサービス致します。

★都合により、内容が変更となる場合がございます。

※12月のバースディパーティは「12月16日（土）14:00~15:00」です。