

6月レクリエーション表

日	月	火	水	木	金	土
						<p>9:30~10:30~ 太極拳 </p> <p>14:00 ~ 中川先生のコンサート </p>
2 9:30~体操	3 9:30~ ポールウォーキング	4 9:30~体操	5 9:30~ 健美操	6 9:30~体操 百人一首	7 9:30~10:30~ 杉山先生のストレッチ	8 9:30~体操
9 13:30~ カラオケ	10 16:20~ ミュージックシャワー	11 10:00~5階 書道の会	12 13:30~ 鍵盤ハーモニカ	13 13:30~ 梓先生のシニアヨガ	14 13:30~サロン クラフトアート	15 13:30~ 梓先生のシニアヨガ
16 9:30~体操	17 9:30~10:30~ 健美操	18 9:30~10:30~ 太極拳	19 9:30~体操	20 10:00~ 音楽セラピー	21 9:30~10:30~ 健美操	22 10:00~ 大正琴コンサート
23 14:00~ 宮原先生のピアノ/ に合わせて歌いましょう	10 14:00~2階 大人のめいえ	11 13:30~ リハビリ体操	12 10:00~ 川柳の会	13 13:30~ 皆でフラダンス	14 14:00~ 体力測定 2. 4階の方	15 13:30~ 体操
9:30~体操	9:30~ ポールウォーキング	9:30~体操	9:30~ 健美操	9:30~体操	9:30~10:30~ 杉山先生のストレッチ	10:00~ 中川先生のコンサート
13:30~ カラオケ	13:30~ 鍵盤ハーモニカ	10:00~5階 書道の会	13:30~ 梓先生のシニアヨガ	10:30~ エッセンパン	13:30~5階 陶芸(A組)	14:00~ 東海林のい子様 講演会
24 9:30~体操	24 9:30~10:30~ 健美操	25 9:30~ 皆でフラダンス	26 9:30~体操	27 9:30~10:30~ 太極拳	28 9:30~10:30~ 健美操	29 9:30~体操
30 14:00~2階 大人のめいえ	13:30~ 体力測定 3. 5階の方	14:00~5階 フラワーアレンジメント	13:30~ 梓先生のシニアヨガ	13:30~5階 陶芸(A組)	13:30~5階 陶芸(B組)	14:00~ 歌声家族
10:00~ 楽歌生コンサート	<p>10:00~ 楽歌生コンサート </p> <p>13:30~ 体操 </p> <p>今日は体力測定をおこないません。 気軽にご参加ください </p> <p>今月のエッセンは20日になります。10:30~ 2階ロビーにて </p>					