

2018
2018

1月レクリエーション表



日	月	火	水	木	金	土
	1 9:30~体操 13:30~映画上映会 6:40ご来光 5階庭園 (自由参加)	2 9:30~体操 10:00~5階 書初め大会 書道の会 14:00~2階 大人のぬりえ	3 9:30~体操 14:00~ 三味線コンサート	4 9:30~体操 13:30~ 梓先生のシニアヨガ	5 9:30~体操&百人一首 13:30~2階 大人のぬりえ	6 9:30~10:30~ 太極拳 14:00~ 新春カラオケ大会
7 9:30~体操 14:00~2階 大人のぬりえ	8 9:30~10:30~ 健美操 13:30~体操	9 9:30~10:30~ 太極拳 13:30~ リハビリ体操 14:00~5階 フラワーアレンジメント	10 9:30~体操 10:00~2階 川柳の会 13:30~ 梓先生のシニアヨガ	11 9:30~体操 13:30~ 皆でフラダンス 16:30~ ミュージックシャワー	12 9:30~10:30~ 健美操 13:30~ 音楽セラピー	13 9:30~体操 13:30~ 映画上映会
14 9:30~体操 14:00 宮原先生のピアノに 合わせてうたいましょう	15 9:30~ ポールウォーキング 13:30~ 鍵盤ハーモニカ	16 9:30~体操 13:30~ リハビリ体操	17 9:30~ 健美操 16:30~ ミュージックシャワー	18 9:30~体操 10:30~ エッセンパ 13:30~5階 陶芸	19 9:30~10:45~ 杉山先生のストレッチ 13:30~5階 陶芸	20 9:30~体操 10:00~ 中川先生のコンサート 14:00 大人のぬりえ
21 9:30~体操 14:00~ 大正琴コンサート	22 9:30~10:30~ 健美操 14:00~ ちほ先生と皆で歌おう	23 9:30~ 皆でフラダンス 14:00~5階 フラワーアレンジメント	24 9:30~体操 10:00~5階 クラフト 13:30~ 梓先生のシニアヨガ	25 9:30~10:30~ 太極拳 13:30~5階 陶芸	26 9:30~10:30~ 健美操 13:30~5階 陶芸	27 10:00~ 大人のぬりえ 14:00~ フルートコンサート
28 9:30~体操 10:15~ 楽歌生コンサート 14:00~ 大人のぬりえ	29 9:30~ ポールウォーキング 13:30~ 鍵盤ハーモニカ	30 9:30~体操&百人一首 13:30~ 梓先生のシニアヨガ 16:30~ ミュージックシャワー	31 10:00~ ちほ先生と皆で歌おう 15:00~ 健美操	 <p>パンの日 18日(木) 2階ロビー10:30~11:30 販売いたします。</p>		
<p>2018 2018</p>			<p>明けましておめでとうございます 本年も元気に体操や歌に 張り切っていきましょう</p>			