

11月レクリエーション表

日	月	火	水	木	金	土
4 9:30~体操 14:00~宮原先生のピアノに合わせて歌いましょう	5 9:30~ポールウォーキング 13:30~鍵盤ハーモニカ	6 9:30~体操 10:00~5階書道の会 13:30~梓先生のシニアヨガ	7 9:30~健美操 16:20~ミュージックシャワー	8 9:30~体操 百人一首 14:00~2階大人のゆいえ 13:30~皆でフラダンス	9 9:30~10:30~杉山先生のストレッチ 健美操 13:30~音楽セラピー	10 9:30~10:30~太極拳 14:00~中川先生のコンサート 13:30~カラオケ
11 9:30~体操 14:00~2階大人のゆいえ	12 9:30~10:30~健美操 14:00~ちほ先生と皆で歌おう	13 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	14 9:30~体操 10:00~2階川柳の会 13:30~梓先生のシニアヨガ	15 9:30~体操 10:30~エッセンパン屋さん 13:30~陶芸(A組) 16:20~ミュージックシャワー	16 9:30~10:45~杉山先生のストレッチ 13:30~5階サロンクラフトアート 陶芸(B組)	17 9:30~体操 14:00~大正琴コンサート
18 9:30~体操 13:30~映画上映会	19 9:30~ポールウォーキング 13:30~鍵盤ハーモニカ	20 9:30~体操 10:00~5階書道の会 13:30~リハビリ体操	21 9:30~健美操 13:30~体操 16:20~ミュージックシャワー	22 9:30~10:30~太極拳 13:30~5階陶芸(A組) 14:00~体操	23 9:30~体操 13:30~5階陶芸(B組)	24 10:00~中川先生のコンサート 13:30~梓先生のシニアヨガ
25 10:15~楽歌生コンサート 14:00~2階大人のゆいえ	26 9:30~10:30~健美操 14:00~ちほ先生と皆で歌おう	27 9:15~皆でフラダンス 14:00~5階フラワーアレンジメント	28 9:30~体操 14:00~歌声家族	29 9:30~ポールウォーキング 13:30~体操	30 9:30~10:30~健美操 13:30~クリスマス飾りつけ	

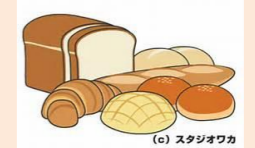


月末に紅葉散歩を予定しています
詳細は決まりましたら館内掲示致します。



パンの日 15日 10:30~11:30

2階ロビーにて



(c) スタジオワカ