

2月度レクリエーション表

日	月	火	水	木	金	土	
4 	5 	6 	7 	8 1 	9 2 	10 3 	
9:30~体操  13:30~ 映画上映会	9:30~ ポールウォーキング  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  15:00~ ちほ先生と皆で歌おう 	9:30~ 健美操  14:00~5階 おやつクッキング  16:20~ ミュージックシャワー 	9:30~体操  10:00~5階 クラフト  13:30~ 皆でフラダンス 	9:30~10:45~ 杉山先生ストレッチ  13:30~サロン 豆まき  14:00~2階 大人のぬりえ  13:30~ 音楽セラピー 	9:30~10:30~ 健美操  14:00~ 中川先生のコンサート 	
11	12	13	14	15	16	17	
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 	9:30~10:30~ 健美操  14:00~2階 大人のぬりえ 	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 	9:30~体操  10:00~ 川柳の会  13:30~ 梓先生のシニアヨガ 	9:30~体操  10:30~ エッセン パン屋さん  13:30~5階 陶芸(A組) 	9:30~10:45~ 杉山先生のストレッチ  13:30~5階 陶芸(B組)  16:20~ ミュージックシャワー 	9:30~体操  13:30~ 映画上映会 	
18	19	20	21	22	23	24	
10:00~ 大正琴コンサート  13:30~2階 大人のぬりえ 	9:30~ ポールウォーキング  13:30~ 鍵盤ハーモニカ 	9:30~体操  10:00~5階 書道の会  14:00~ 皆でコラス 	9:30~ 健美操  13:30~ 折り紙  16:20~ ミュージックシャワー 	9:30~10:30~ 太極拳  13:30~5階 陶芸(A組)  15:00~ 梓先生のシニアヨガ 	9:30~10:30~ 健美操  13:30~5階 陶芸(B組)  15:00~ 皆でフラダンス 	9:30~体操  14:00~ カラオケ 	
25	26	27	28	 			
9:30~体操  13:30~ 映画上映会 	9:30~10:30~ 健美操  14:00~ ちほ先生と皆で歌おう 	9:30~ 皆でフラダンス  14:00~5階 フラワーアレンジメント  外食クラブ1	9:30~体操  10:00~5階 クラフト  13:30~ 梓先生のシニアヨガ 	 			
				<p>今月よりミュージックシャワーの時間が変更になります。 16:20開始17:00終了になりました。お間違いなく。</p>			