

7月レクリエーション表

日	月	火	水	木	金	土	
1 9:30~体操 14:00~2階 大人のゆいえ	2 9:30~ ポールウォーキング 13:30~ 鍵盤ハーモニカ	3 9:30~体操 10:00~5階 書道の会 13:30~ 梓先生のシニアヨガ	4 9:30~ 健美操 16:20~ ミュージックシャワー 13:30~ 折り紙	5 9:30~体操 &百人一首 14:00~ 尺八コンサート 13:30~ 皆でフラダンス	6 9:30~10:45~ 杉山先生のストレッチ 13:30~ 体操	7 9:30~10:30~ 太極拳 14:00~ 中川先生のコンサート	
8 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 9:30~10:30~ 健美操 14:00~ ちほ先生と皆で歌おう	10 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	11 9:30~体操 10:00~2階 川柳の会 13:30~ 梓先生のシニアヨガ	12 9:30~体操 10:00~5階 クラフト 16:20~ ミュージックシャワー	13 9:30~10:30 健美操 13:30~ 音楽セラピー	14 9:30~体操 14:00~ フルーツコンサート	
15 9:30~体操 13:30~ 映画上映会	16 9:30~ ポールウォーキング 13:30~ 鍵盤ハーモニカ	17 9:30~体操 10:00~5階 書道の会 14:30~ ティータイム 13:30~ リハビリ体操 5階にて	18 9:30~ 健美操 14:00~ 藤和会 コンサート	19 9:30~体操 10:30~ エッセン パン屋さん 14:00~ 梓先生のシニアヨガ	20 9:30~10:45~ 杉山先生のストレッチ 13:30~5階 陶芸(A組) 16:20~ ミュージックシャワー	21 9:30~体操 14:00~ 大正琴コンサート	
22 9:30~体操 14:00~2階 大人のゆいえ	23 9:30~10:30~ 健美操 14:00~ ちほ先生と皆で歌おう	24 9:30~ 皆でフラダンス 14:00~5階 フラワーアレンジメント	25 9:30~体操 10:00~5階 クラフト 13:30~ 梓先生のシニアヨガ 買い物クラブ	26 9:30~10:30~ 太極拳 13:30~5階 陶芸(A組) 16:20~ ミュージックシャワー	27 9:30~10:30~ 健美操 13:30~5階 陶芸(B組) 14:00~ 梓先生のシニアヨガ	28 9:30~体操 14:00~ 中川先生のコンサート	
29 9:30~体操 13:30~ カラオケ	30 9:30~ ポールウォーキング 13:30~ 体操	31 9:30~ 体操 14:00~ 歌声家族	<p>パンの日 19日 10:30~11:30 2階ロビーにて</p> 				