






























12月レクリエーション表

日	月	火	水 1	木 2	金 3	土 4
<p>今月よりエッセンパン屋さんが月2回になります。 10:30~11:30 2階サロンで販売します☐</p> 			<p>9:30~健美操 </p> <p>14:00~2階 大人の塗り絵</p>	<p>10:30~エッセンパン 2階サロン </p> <p>13:30~梓先生のシニアヨガ </p>	<p>10:00~サロン クリスマスツリー飾り付け </p> <p>13:30~体操(全階) </p>	<p>10:00~中川先生のギターコンサート </p>
5	6	7	8	9	10	11
<p>13:30~体操(全階) </p>	<p>9:30~10:15~太極拳 </p> <p>14:00~サロン ドールの時間</p>	<p>10:00~5階 書道の会 </p> <p>13:30~梓先生のシニアヨガ</p>	<p>9:30~体操2階4階</p> <p>13:30~体操3階5階</p>	<p>10:00~ミュージックシャワー </p> <p>14:00~2階 大人の塗り絵</p>	<p>9:30~体操2階4階</p> <p>10:15~体操3階5階</p> <p>13:30~5階 陶芸 </p>	<p>13:30~全階 体操 </p>
12	13	14	15	16	17	18
<p>13:30~体操(全階) </p>	<p>9:30~健美操 </p> <p>13:30~体操(全階) </p>	<p>9:30~10:15~太極拳 </p> <p>14:00~5階 フラワーアレンジメント </p>	<p>9:30~健美操 </p> <p>14:00~2階 大人の塗り絵 </p>	<p>10:30~エッセンパン 2階ロビー </p> <p>13:30~梓先生のシニアヨガ </p>	<p>9:30~体操2階4階</p> <p>10:15~体操3階5階</p> <p>13:30~5階 陶芸 </p>	<p>14:00~中川先生のギターコンサート </p>
19	20	21	22	23	24	25
<p>13:30~体操(全階) </p>	<p>9:30~体操2階4階</p> <p>13:30~体操3階5階</p>	<p>10:00~5階 書道の会 </p> <p>13:30~梓先生のシニアヨガ</p>	<p>14:00~ちほ先生のピアノコンサート </p>	<p>9:30~10:15~太極拳 </p> <p>14:00~ポッチャ </p>	<p>10:00~ミュージックシャワー </p> <p></p>	<p>13:30~体操(全階)</p>
26	27	28	29	30	31	
<p>13:30~体操(全階) </p>	<p>9:30~健美操 </p>	<p>9:30~フラダンス </p> <p>14:00~5階 フラワーアレンジメント </p>	<p>14:00~大人のぬいえ </p>	<p>13:30~体操(全階) </p>	<p>13:30~体操(全階) </p>	<p>良いお年をお迎え下さい </p>