

# 1月レクリエーション表

日	月	火	水	木	金	土	
		<p>新年あけましておめでとうございます。</p> <p>2022年も元気に体操頑張りましょう!!! 良い年にしましょう!</p>					<p>6:40~5階庭園 ご来光</p> <p>2022 2022</p> 
2	3	4	5	6	7	8	
13:30~ 体操(全階)	10:00~ 中川先生のギター 新春コンサート	10:00~5階 新春書初め	9:30~ 健美操	10:30~サロン エッセンバン屋さん	10:00~ ミュージックシャワー	13:30~ 体操(全階)	
9	10	11	12	13	14	15	
13:30~体操(全階)	9:30~ 健美操	9:30~10:15~ 太極拳	9:30~体操2階4階 10:15~体操3階5階	10:00~ 音楽セラピー	9:30~体操2階4階 10:15~体操3階5階	13:30~ 体操(全階)	
16	17	18	19	20	21	22	
13:30~体操(全階)	10:00~ ミュージックシャワー	10:00~5階 書道の会	9:30~ 健美操	10:30~サロン エッセンバン屋さん	10:00~サロン ポッチャ	10:00~ 中川先生のギター コンサート	
23	24	25	26	27	28	29	
13:30~体操(全階)	9:30~ 健美操	9:30~ フラダンス	10:00~2階 大人の塗り絵	9:30~10:15~ 太極拳	9:30~体操2階4階 10:15~体操3階5階	13:30~ 体操(全階)	
30	<p>2022 2022</p> 					<p>2022</p> 	
13:30~ 体操(全階)	<p>サロンへお越しの際はマスクの着用をお願いします。</p>						