



曜日	月	火	水	木	金	土
日付		1日	2日	3日	4日	5日
午前		若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ラウンジ <hr/> こげら麻雀会 10:00~11:30 6階小ホール	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	
午後		座ってもできる ラジオ体操 足踏み体操 14:00~ コミュニティホール	脳トレ (個別対応) 5階生活サービス部	座ってもできる ラジオ体操14:00~ コミュニティホール <hr/> 歌の会 15:00~ コミュニティホール	スポーツ吹き矢 15:00~ コミュニティホール	こげら喫茶
日付	7日	8日	9日	10日	11日	12日
午前	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ラウンジ <hr/> 初心者麻雀教室 10:00~11:30 6階小ホール	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	
午後	脳トレ (個別対応) 5階生活サービス部	座ってもできる ラジオ体操 足踏み体操 14:00~ コミュニティホール	脳トレ (個別対応) 5階生活サービス部	懇話会	スポーツ吹き矢 15:00~ コミュニティホール	
日付	14日	15日	16日	17日	18日	19日
午前	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ラウンジ <hr/> こげら麻雀会 10:00~11:30 6階小ホール	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	
午後	脳トレ (個別対応) 5階生活サービス部	 音楽教室 14:00~ コミュニティホール	座ってもできる ラジオ体操 足踏み体操 14:00~ コミュニティホール	歌の会 15:00~ コミュニティホール	メイクアップセラピー 13:30~ラウンジ <hr/> スポーツ吹き矢 15:00~ コミュニティホール	こげら喫茶
日付	21日	22日	23日	24日	25日	26日
午前	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ラウンジ <hr/> 初心者麻雀教室 10:00~11:30 6階小ホール	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	
午後	脳トレ (個別対応) 5階生活サービス部	脳トレ (個別対応) 5階生活サービス部	元気がでるハンドベル 13:45~14:45 コミュニティホール	施設防災訓練	スポーツ吹き矢 15:00~ コミュニティホール	
日付	28日	29日	30日	31日		
午前	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ		
午後	脳トレ (個別対応) 5階生活サービス部	座ってもできる ラジオ体操 足踏み体操 14:00~ コミュニティホール	認知症予防体操 14:00~14:45 コミュニティホール	健康セミナー 生活機能評価 チェックリスト 14:00~14:45 コミュニティホール		