

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
10:00 プラス10体操 11:30 健康体操 14:00 脳トレ 16:00 個別アクティビティ	10:00 健康体操 11:30 口腔体操 14:00 シナプソロジー 16:00 個別アクティビティ	10:00 ラジオ体操 11:30 口腔体操 14:00 棒体操 16:00 整容大会	10:00 プラス10体操 11:30 口腔体操 14:00 シナプソロジー 16:00 個別アクティビティ	10:00 プラス10体操 11:30 口腔体操 14:00 体操、歌レク 16:00 個別アクティビティ	9:45 転倒予防体操 11:30 口腔体操 14:00 棒体操 16:00 個別アクティビティ	9:45 健康体操 11:30 口腔体操 14:00 プラス10体操 16:00 個別アクティビティ
8	9	10	11	12	13	14
10:00 生活行為向上体操 11:30 口腔体操 14:00 体操、歌レク 16:00 個別アクティビティ	10:00 健康体操 11:30 口腔体操 14:00 転倒予防体操 16:00 個別アクティビティ	10:00 ラジオ体操 11:30 口腔体操 14:00 浮腫み予防・下肢筋トレ 16:00 整容大会	10:00 プラス10体操 11:30 口腔体操 14:00 シナプソロジー 16:00 個別アクティビティ	10:00 転倒予防体操 11:30 口腔体操 14:00 浮腫み予防、下肢筋トレ 16:00 個別アクティビティ	9:45 転倒予防体操 11:30 口腔体操 14:00 棒体操 16:00 整容大会	10:00 健康体操 11:30 口腔体操 14:00 脳トレ 16:00 個別アクティビティ
15	16	17	18	19	20	21
10:00 プラス10体操 11:30 口腔体操 14:00 歌と体操 16:00 個別アクティビティ	10:00 健康体操 11:30 口腔体操 14:00 転倒予防体操 16:00 個別アクティビティ	10:00 ラジオ体操 11:30 口腔体操 14:00 脳トレ 16:00 整容大会	10:00 プラス10体操 11:30 口腔体操 14:00 転倒予防体操 16:00 個別アクティビティ	10:00 プラス10体操 11:30 口腔体操 14:00 体操、歌レク 16:00 個別アクティビティ	9:45 転倒予防体操 11:30 口腔体操 14:00 棒体操 16:00 個別アクティビティ	9:45 健康体操 11:30 口腔体操 14:00 体操、歌レク 16:00 整容大会
22	23	24	25	26	27	28
10:00 プラス10体操 11:30 口腔体操 14:00 体操、歌レク 16:00 個別アクティビティ	10:00 健康体操 11:30 口腔体操 14:00 脳トレ 16:00 個別アクティビティ	10:00 ラジオ体操 11:30 口腔体操 14:00 脳トレ 16:00 整容大会	10:00 プラス10体操 11:30 口腔体操 14:00 シナプソロジー 16:00 個別アクティビティ	10:00 プラス10体操 11:30 口腔体操 14:00 体操、歌レク 16:00 個別アクティビティ	9:45 転倒予防体操 11:30 口腔体操 14:00 棒体操 16:00 整容大会	9:45 プラス10体操 11:30 口腔体操 14:00 体操、歌レク 16:00 整容大会
29	30	31				
10:00 プラス10体操 11:30 口腔体操 14:00 運動会 16:00 個別アクティビティ	10:00 プラス10体操 11:30 口腔体操 14:00 脳トレ 16:00 個別アクティビティ	10:00 ラジオ体操 11:30 口腔体操 14:00 脳トレ 16:00 整容大会				

個別アクティビティ… 漢字ブック、間違い探し、脳トレプリント、手作業（折り紙、貼り絵）、なぞなぞブック、歌レク、季節の制作物 を、個別・グループ別を実施します。