

日	月	火	水	木	金	土
			<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
			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 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 脳トレ 16:00 個別アクティビティ
<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>
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 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 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 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
<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>
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 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
<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>
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 脳トレ 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
<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>		
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 浮腫み予防・下肢筋トレ 11:00 口腔体操 14:00 魚釣り 16:00 クイズ	10:00 行為向上体操 11:00 口腔体操 14:00 脳トレ 16:00 脳トレプリント		

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・グループ別に応じます。