

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					10:30 転倒予防体操 11:00 口腔体操 14:00 脳トレゲーム 16:00 日替わりゲーム	10:30 健康体操 11:00 口腔体操 14:00 シナプソロジー 16:00 日替わりゲーム
3	4	5	6	7	8	9
10:30 健康体操 11:00 口腔体操 14:00 棒体操 16:00 日替わりゲーム	10:30 健康体操 11:00 口腔体操 14:00 輪投げ 16:00 日替わりゲーム	10:30 プラス10体操 11:00 口腔体操 14:00 転倒予防体操 16:00 日替わりゲーム	10:30 健康体操 11:00 口腔体操 14:20 転倒予防体操 16:00 日替わりゲーム	10:30 転倒予防体操 11:00 口腔体操 14:00 歌レク 16:00 日替わりゲーム	10:30 健康体操 11:00 口腔体操 14:00 脳トレゲーム 16:00 日替わりゲーム	10:30 健康体操 11:00 口腔体操 14:00 転倒予防体操 16:00 日替わりゲーム
10	11	12	13	14	15	16
10:30 健康体操 11:00 口腔体操 14:00 脳トレゲーム 16:00 日替わりゲーム	10:30 健康体操 11:00 口腔体操 14:00 骨盤体操 16:00 日替わりゲーム	10:30 プラス10体操 11:00 口腔体操 14:00 歌レク 16:00 日替わりゲーム	10:30 棒体操 11:00 口腔体操 14:00 連想ゲーム 16:00 日替わりゲーム	10:30 転倒予防体操 11:00 口腔体操 14:00 プラス10体操 16:00 日替わりゲーム	10:30 転倒予防体操 11:00 口腔体操 14:00 脳トレゲーム 16:00 日替わりゲーム	10:30 健康体操 11:00 口腔体操 14:00 シナプソロジー 16:00 日替わりゲーム
17	18	19	20	21	22	23
10:30 健康体操 11:00 口腔体操 14:00 棒体操 16:00 日替わりゲーム	10:30 健康体操 11:00 口腔体操 14:00 輪投げ 16:00 日替わりゲーム	10:30 プラス10体操 11:00 口腔体操 14:00 転倒予防体操 16:00 日替わりゲーム	10:30 健康体操 11:00 口腔体操 13:30 シナプソロジー 16:00 日替わりゲーム	10:30 転倒予防体操 11:00 口腔体操 14:00 歌レク 16:00 日替わりゲーム	10:30 転倒予防体操 11:00 口腔体操 14:00 脳トレゲーム 16:00 日替わりゲーム	10:30 健康体操 11:00 口腔体操 14:00 転倒予防体操 16:00 日替わりゲーム
24	25	26	27	28	29	30
10:30 健康体操 11:00 口腔体操 14:00 脳トレゲーム 16:00 日替わりゲーム	10:30 プラス10体操 11:00 口腔体操 14:00 骨盤体操 16:00 日替わりゲーム	10:30 プラス10体操 11:00 口腔体操 14:00 歌レク 16:00 日替わりゲーム	10:30 プラス10体操 11:00 口腔体操 14:20 転倒予防体操 16:00 日替わりゲーム	10:30 転倒予防体操 11:00 口腔体操 14:00 プラス10体操 16:00 日替わりゲーム	10:30 健康体操 11:00 口腔体操 14:00 脳トレゲーム 16:00 日替わりゲーム	10:30 健康体操 11:00 口腔体操 14:00 転倒予防体操 16:00 日替わりゲーム