

日	月	火	水	木	金	土
						
2	3	4	5	6	7	8
10:30 健康体操 11:30 口腔体操 14:00 プラス10体操 16:00 日替わりゲーム	10:30 プラス10体操 11:30 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 11:30 口腔体操 14:00 転倒予防体操 16:00 日替わりゲーム	10:30 プラス10体操 11:30 口腔体操 14:20 ボーリング 16:00 日替わりゲーム	10:30 転倒予防体操 11:30 口腔体操 14:00 歌レク 16:00 日替わりゲーム	10:30 健康体操 11:30 口腔体操 14:00 ラジオ体操 16:00 日替わりゲーム	10:30 プラス10体操 11:30 口腔体操 14:00 魚釣りゲーム 16:00 日替わりゲーム
9	10	11	12	13	14	15
10:30 プラス10体操 11:30 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 11:30 口腔体操 14:00 言葉遊び 16:00 日替わりゲーム	10:30 プラス10体操 11:30 口腔体操 14:00 椅子体操 16:00 日替わりゲーム	10:30 プラス10体操 11:30 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 11:30 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 11:30 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 11:30 口腔体操 14:00 脳トレゲーム 16:00 日替わりゲーム
16	17	18	19	20	21	22
10:30 プラス10体操 11:30 口腔体操 14:00 ボーリング 16:00 日替わりゲーム	10:30 健康体操 11:30 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 11:30 口腔体操 14:00 転倒予防体操 16:00 日替わりゲーム	10:30 プラス10体操 11:30 口腔体操 13:30 言葉遊び 16:00 日替わりゲーム	10:30 プラス10体操 11:30 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 11:30 口腔体操 14:00 魚釣りゲーム 16:00 日替わりゲーム	10:30 健康体操 11:30 口腔体操 14:00 歌レク 16:00 日替わりゲーム
23	24	25	26	27	28	29
10:30 プラス10体操 11:30 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 11:30 棒体操 14:00 ラジオ体操 16:00 日替わりゲーム	10:30 転倒予防体操 11:30 口腔体操 14:00 連想ゲーム 16:00 日替わりゲーム	10:30 プラス10体操 11:30 口腔体操 14:20 歌レク 16:00 日替わりゲーム	10:30 健康体操 11:30 口腔体操 14:00 言葉遊び 16:00 日替わりゲーム	10:30 転倒予防体操 11:30 口腔体操 14:00 プラス10体操 16:00 日替わりゲーム	10:30 プラス10体操 11:30 口腔体操 14:00 輪投げ 16:00 日替わりゲーム
30	31					
10:30 プラス10体操 11:30 口腔体操 14:00 ラジオ体操 16:00 日替わりゲーム	10:30 健康体操 11:30 口腔体操 14:00 脳トレゲーム 16:00 日替わりゲーム					

