

| 日                                                                                  | 月                                                          | 火                                                            | 水                                                             | 木                                                             | 金                                                            | 土                                                                        |
|------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|
|  |                                                            |                                                              |                                                               |                                                               |                                                              | <b>1</b><br>10:30 転倒予防体操<br>11:30 口腔体操<br>14:00 ごぼう先生体操<br>16:00 日替わりゲーム |
|                                                                                    |                                                            |                                                              |                                                               |                                                               |                                                              | <b>2</b><br>10:30 健康体操<br>11:30 口腔体操<br>14:00 シナプソロジー<br>16:00 日替わりゲーム   |
| <b>3</b>                                                                           | <b>4</b>                                                   | <b>5</b>                                                     | <b>6</b>                                                      | <b>7</b>                                                      | <b>8</b>                                                     | <b>9</b>                                                                 |
| 10:30 プラス10体操<br>11:30 口腔体操<br>14:00 脳トレゲーム<br>16:00 日替わりゲーム                       | 10:30 健康体操<br>11:30 口腔体操<br>14:00 輪投げ<br>16:00 日替わりゲーム     | 10:30 プラス10体操<br>11:30 口腔体操<br>14:00 転倒予防体操<br>16:00 日替わりゲーム | 10:30 プラス10体操<br>11:30 口腔体操<br>14:20 転倒予防体操<br>16:00 日替わりゲーム  | 10:30 転倒予防体操<br>11:30 口腔体操<br>14:00 歌レク<br>16:00 日替わりゲーム      | 10:30 転倒予防体操<br>11:30 口腔体操<br>14:00 ごぼう先生体操<br>16:00 日替わりゲーム | 10:30 健康体操<br>11:30 口腔体操<br>14:00 転倒予防体操<br>16:00 日替わりゲーム                |
| <b>10</b>                                                                          | <b>11</b>                                                  | <b>12</b>                                                    | <b>13</b>                                                     | <b>14</b>                                                     | <b>15</b>                                                    | <b>16</b>                                                                |
| 10:30 プラス10体操<br>11:30 口腔体操<br>14:00 脳トレゲーム<br>16:00 日替わりゲーム                       | 10:30 健康体操<br>11:30 口腔体操<br>14:00 言葉遊び<br>16:00 日替わりゲーム    | 10:30 プラス10体操<br>11:30 口腔体操<br>14:00 椅子体操<br>16:00 日替わりゲーム   | 10:30 プラス10体操<br>11:30 口腔体操<br>14:00 連想ゲーム<br>16:00 日替わりゲーム   | 10:30 転倒予防体操<br>11:30 口腔体操<br>14:00 プラス10体操<br>16:00 日替わりゲーム  | 10:30 転倒予防体操<br>11:30 口腔体操<br>14:00 歌レク<br>16:00 日替わりゲーム     | 10:30 健康体操<br>11:30 口腔体操<br>14:00 シナプソロジー<br>16:00 日替わりゲーム               |
| <b>17</b>                                                                          | <b>18</b>                                                  | <b>19</b>                                                    | <b>20</b>                                                     | <b>21</b>                                                     | <b>22</b>                                                    | <b>23</b>                                                                |
| 10:30 プラス10体操<br>11:30 口腔体操<br>14:00 言葉遊び<br>16:00 日替わりゲーム                         | 10:30 健康体操<br>11:30 口腔体操<br>14:00 輪投げ<br>16:00 日替わりゲーム     | 10:30 プラス10体操<br>11:30 口腔体操<br>14:00 転倒予防体操<br>16:00 日替わりゲーム | 10:30 プラス10体操<br>11:30 口腔体操<br>13:30 シナプソロジー<br>16:00 日替わりゲーム | 10:30 プラス10体操<br>11:30 口腔体操<br>14:00 ごぼう先生体操<br>16:00 日替わりゲーム | 10:30 転倒予防体操<br>11:30 口腔体操<br>14:00 ごぼう先生体操<br>16:00 日替わりゲーム | 10:30 健康体操<br>11:30 口腔体操<br>14:00 転倒予防体操<br>16:00 日替わりゲーム                |
| <b>24</b>                                                                          | <b>25</b>                                                  | <b>26</b>                                                    | <b>27</b>                                                     | <b>28</b>                                                     | <b>29</b>                                                    | <b>30</b>                                                                |
| 10:30 プラス10体操<br>11:30 口腔体操<br>14:00 脳トレゲーム<br>16:00 日替わりゲーム                       | 10:30 プラス10体操<br>11:30 棒体操<br>14:00 ラジオ体操<br>16:00 日替わりゲーム | 10:30 プラス10体操<br>11:30 口腔体操<br>14:00 転倒予防体操<br>16:00 日替わりゲーム | 10:30 プラス10体操<br>11:30 口腔体操<br>14:20 転倒予防体操<br>16:00 日替わりゲーム  | 10:30 プラス10体操<br>11:30 口腔体操<br>14:00 ごぼう先生体操<br>16:00 日替わりゲーム | 10:30 転倒予防体操<br>11:30 口腔体操<br>14:00 ごぼう先生体操<br>16:00 日替わりゲーム | 10:30 健康体操<br>11:30 口腔体操<br>14:00 転倒予防体操<br>16:00 日替わりゲーム                |
| <b>31</b>                                                                          |                                                            |                                                              |                                                               |                                                               |                                                              |                                                                          |