

# H29年9月プログラム

	午前		午後	小規模
1 金	体を動かそう(友ヨガ)	創作	フリープログラム	○
4 月	テニスをしよう	読書	脳トレ(書き写し)	
5 火	卓球	音楽鑑賞	サロンde歩夢	○
6 水	ふまねっと	DVD	フリープログラム	
7 木	フリープログラム	カラオケ	ガーデニング(晴天時)	○
8 金	スポーツ	創作	手芸の会	
11 月	ストレッチ	音楽の時間	ホットケーキを焼こう	○
12 火	卓球	歌声喫茶	カラオケ	
13 水	ミニゲートボール	いきいき健康クラブ	フリープログラム	
14 木	ゲートボール	カレーの日   読書	一人暮らしの集い	
15 金	ぶどう狩り	フリープログラム	サロンde歩夢	
18 月	敬老の日(お休み)			
19 火	卓球	カラオケ&音楽鑑賞	サロンde歩夢	○
20 水	ミニゲートボール	いきいき健康クラブ	ガーデニング(晴天時)	
21 木	ゲートボール	読書	動作法	
22 金	スポーツ	創作	手芸の会	
25 月	ミニゲートボール	音楽の時間	脳トレ(パズル系)	
26 火	卓球	美術鑑賞友の会	サロンde歩夢	○
27 水	ふまねっと	カラオケ	栄養士さんコーナー	
28 木	ゲートボール	書道をしよう	最近の社会情勢勉強会(SJB)	
29 金	スポーツ	読書	簡単おやつ作り&メンバーミーティング	

※調理・お菓子作り・DVD等の詳細については掲示板をご覧ください。