

# H31年3月プログラム

	午 前		午 後	小規模
1 金	ゲートボール	フリープログラム	サロンde歩夢(ひなまつり会)	
4 月	ミニゲートボール	読書	脳トレ(パズル系)	
5 火	卓球	音楽鑑賞&カラオケ	美術鑑賞友の会	
6 水	ミニゲートボール	リラクゼーション	TV・DVD鑑賞会	
7 木	カレーの日	音楽鑑賞&カラオケ	サロンde歩夢	
8 金	ゲートボール	フリープログラム	手芸の会	
11 月	ミニゲートボール	読書	脳トレ(書き写し)	○
12 火	卓球	音楽鑑賞&カラオケ	サロンde歩夢	○
13 水	ヨガ友	フリープログラム	TV・DVD鑑賞会	○
14 木	スポーツ	DVD	フリープログラム ガーデニング	○
15 金	ふまねっと	リラクゼーション	サロンde歩夢	○
18 月	ミニゲートボール	読書	脳トレ(パズル系)	○
19 火	卓球	音楽鑑賞	カラオケ	○
20 水	お菓子作り	フリープログラム	お菓子試食会	○
21 木	春分の日(お休み)			
22 金	ゲートボール	創作	手芸の会	○
25 月	ミニゲートボール	読書	脳トレ(書き写し)	○
26 火	卓球	音楽鑑賞	カラオケ	○
27 水	ヨガ友	フリープログラム	栄養士さんコーナー	○
28 木	スポーツ	DVD	フリープログラム 最近の社会情勢勉強会(SJB)	○
29 金	ふまねっと	読書	サロンde歩夢	○

※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。