

2019 2月こげら予定表



曜日	月	火	水	木	金	土
日付					1日	2日
午前						
午後						
日付	4日	5日	6日	7日	8日	9日
午前	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00～ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00～ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00～ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00～ラウンジ <hr/> こげら麻雀会 10:00～11:30 6階小ホール	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00～ ラウンジ	
午後	脳トレ (個別対応) 5階生活サービス部	座ってもできる ラジオ体操 足踏み体操 14:00～ コミュニティホール	マフラー編み物 13:30～ ラウンジ (申し込まれた方 のみになります)	歌の会 15:00～ コミュニティホール	スポーツ吹き矢 15:00～ コミュニティホール	こげら喫茶
日付	11日	12日	13日	14日	15日	16日
午前	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00～ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00～ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00～ラウンジ <hr/> 初心者麻雀教室 10:00～11:30 6階小ホール	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00～ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00～ ラウンジ	
午後	脳トレ (個別対応) 5階生活サービス部	座ってもできる ラジオ体操 足踏み体操 14:00～ コミュニティホール	健康セミナー ヤクルト 『おなかの菌学』 14:00～14:45 コミュニティホール	懇話会	メイクアップセラピー 13:30～ラウンジ <hr/> スポーツ吹き矢 15:00～ コミュニティホール	こげら喫茶
日付	18日	19日	20日	21日	22日	23日
午前	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00～ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00～ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00～ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00～ラウンジ <hr/> こげら麻雀会 10:00～11:30 6階小ホール	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00～ ラウンジ	
午後	脳トレ (個別対応) 5階生活サービス部	音楽教室 14:00～ コミュニティホール	ちぎり絵 13:30～ コミュニティホール	歌の会 15:00～ コミュニティホール	スポーツ吹き矢 15:00～ コミュニティホール	
日付	25日	26日	27日	28日		
午前	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00～ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00～ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00～ラウンジ <hr/> 初心者麻雀教室 10:00～11:30 6階小ホール	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00～ ラウンジ		
午後	脳トレ (個別対応) 5階生活サービス部	座ってもできる ラジオ体操 足踏み体操 14:00～ コミュニティホール	認知症予防体操 14:00～ コミュニティホール	座ってもできる ラジオ体操 足踏み体操 14:00～ コミュニティホール		

★ 予定表のA4サイズご希望の方は4階生活サービスに用意しています。

企画 オレンジ