



曜日	月	火	水	木	金	土	
日付					1日	2日	3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		
午後				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	こげら体操 リフレッシュゲーム 14:30～ケア5階 歌会15:00～ケア4階	こげら喫茶	
日付	5日	6日	7日	8日	9日	10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 (自主脳トレ) 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		
午後	こげら体操 リフレッシュゲーム 14:30～ ケア5階	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	こげら体操 リフレッシュゲーム 14:30～ケア5階 脳トレ 5階生活サービス部	懇話会	こげら体操 リフレッシュゲーム 14:30～ケア5階 歌会15:00～ケア4階 創作・学習	こげら喫茶	
日付	12日	13日	14日	15日	16日	17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 音楽ボランティア 10:00～ケア4階	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		
午後	こげら体操 リフレッシュゲーム 14:30～ケア5階 脳トレ 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	こげら体操 リフレッシュゲーム 14:30～ケア5階 制作(押し絵) 14:00～ ラウンジ	音楽教室 14:00～ コミュニティホール	こげら体操 リフレッシュゲーム 14:30～ケア5階 歌会15:30～ケア4階 メイクアップセラピー 13:30～ラウンジ		
日付	19日	20日	21日	22日	23日	24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	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00～ ラウンジ		
午後	こげら体操 リフレッシュゲーム 14:30～ケア5階 制作(押し絵) 14:00～ラウンジ	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	こげら体操 リフレッシュゲーム 14:30～ ケア5階	笑いヨガ 14:00～ コミュニティホール	こげら体操 リフレッシュゲーム 14:30～ケア5階 歌会15:00～ケア4階 学習会 講師 平川施設長	こげら喫茶	
日付	26日	27日	28日	29日	30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 音楽ボランティア 10:00～ケア4階	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		
午後	こげら体操 リフレッシュゲーム 14:30～ケア5階 脳トレ 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	こげら体操 リフレッシュゲーム 14:30～ケア5階 ホーム棟外出行事 初夏のバスツアー	光明第四保育園 交流会 14:00～ コミュニティホール	こげら体操 リフレッシュゲーム 14:30～ケア5階 歌会15:00～ケア4階	こげら喫茶	