



7月 プログラム予定表



月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5
	D つつじGr 体操/レク K さつきGr ゲートボール	D つつじGr 体操/カラオケ K さつきGr ラダーボール	D つつじGr 体操/レク K さつきGr カラオケコーラス	D つつじGr 体操/レク K さつきGr ポッチャ	D 体操/レク 外 散歩(図書館)
	D1 ウクレレ同好会 D2 太極拳 K1 ボッチャ K2 SST	D1 クロスワード D2 輪投げ K1 エアロビ	D1 生活アドバイス D2 DVD体操 K1 モルック K2 楽器練習	D1 頭の体操 D2 パターゴルフ K1 ヨガ K2 ダーツ	D1 読書会 D2 ゲーム 思春期DC
7	8	9	10	11	12
D つつじGr 体操/レク K さつきGr ゲートボール	D つつじGr 体操/レク K さつきGr モルック	D つつじGr 体操/レク K さつきGr ポッチャ	D つつじGr 体操/レク K さつきGr 体操/レク	D つつじGr 体操/レク K さつきGr ボウリング	D 大掃除/レク
NEW D1 映像鑑賞クイズ K1 DVD体操 K2 ラダーボール	D1 書道 D2 タオルフィットネス K1 ゲートボール K2 手芸	D1 頭の体操 D2 パターゴルフ K1 ヨガ K2 マンダラ塗り絵	D1 カードゲーム D2 太極拳 K1 ミニ琴同好会 K2 ダーツ	D1 創作活動 D2 日本史 K1 カーヴィー体操 K2 パターゴルフ	D1 寺子屋 D2 カードゲーム 思春期DC
14	15	16	17	18	19
D つつじGr 体操/カラオケ K さつきGr ゲートボール	D つつじGr 体操/レク K さつきGr ポッチャ	D つつじGr 体操/レク K さつきGr 音楽鑑賞(邦楽)	D つつじGr 体操/レク K さつきGr ラダーボール	D つつじGr 体操/レク K さつきGr モルック	D 体操/レク
D1 書道 D2 太極拳 K1 ダーツ K2 パターゴルフ	D1 ウクレレ同好会 D2 DVD体操 K1 ボウリング K2 ラダーボール	D1 クロスワード D2 カラダほぐし K1 モルック	D1 卓上ゲーム D2 DVD体操 K1 ゲートボール K2 楽器練習	D1 大人の塗り絵 D2 ダンベル体操 K1 ボッチャ K2 輪投げ	D1 土曜のカラオケ 思春期DC
21	22	23	24	25	26
海の日	D つつじGr 体操/レク K さつきGr 合唱	D つつじGr 体操/レク K さつきGr モルック	D つつじGr 体操/レク K さつきGr 創作	D つつじGr 体操/レク K さつきGr ラダーボール	D 体操/レク 外 DC買い物
	D1 書道 D2 太極拳 K1 モルック K2 SST k3 手芸	D1 頭の体操 D2 カーヴィー体操 K1 ボッチャ K3 アートパズル塗り絵	D1 7月の誕生月会 	D1 創作活動 D2 日本史 K1 DVD体操 K2 パターゴルフ	D1 寺子屋 D2 簡単クッキング 思春期DC
28	29	30	31	<p>暑さが厳しい季節となりました。熱中症対策として、水分補給をこまめに行いましょう。また、室内の温度管理にも気をつけてください。</p>	
D つつじGr 体操/レク K さつきGr カラオケコーラス	D つつじGr 体操/レク K さつきGr 盆踊り練習/レク	D つつじGr 体操/レク K さつきGr ゲートボウリング	D つつじGr 体操/カラオケ K さつきGr 体操/パターゴルフ		
D1 書道 D2 太極拳 K1 ボッチャ K2 卓球レク	D1 NEW 絵画 D2 タオルフィットネス K1 ラダーボール K2 ウクレレ同好会	D1 ペン習字 D2 ダンベル体操 K1 モルック	D1 おしゃべりサロン D2 DVD体操 K1 ボッチャ K2 楽器練習 K3 ブラ板アート		