



	日 1	月 2	火 3	水 4	木 5	金 6	土 7	
午前	身体と頭の体操	身体と頭の体操	身体と頭の体操	身体と頭の体操	身体と頭の体操	身体と頭の体操	身体と頭の体操	
午後	カラオケ 14:00~	コンビニ買物					映画 14:00~	
	8	9	10	11	12	13	14	
午前	身体と頭の体操	身体と頭の体操	身体と頭の体操	身体と頭の体操	身体と頭の体操	身体と頭の体操	身体と頭の体操	
午後	カラオケ 14:00~	落語	昼食レク (筍の混ぜご飯)	園芸		書道	映画 14:00~	
	15	16	17	18	19	20	21	
午前	身体と頭の体操	身体と頭の体操	身体と頭の体操	身体と頭の体操	身体と頭の体操	身体と頭の体操	身体と頭の体操	
午後	カラオケ 14:00~	美容週間		輪投げ	誕生会 あっぱれ座		映画 14:00~	
	22	23	24	25	26	27	28	
午前	身体と頭の体操	身体と頭の体操	身体と頭の体操	身体と頭の体操	身体と頭の体操	身体と頭の体操	身体と頭の体操	
午後	カラオケ 14:00~	こいのぼり制作		風船バレー	ピアノ・コーラス		映画 14:00~	
	29	30						
午前	身体と頭の体操	身体と頭の体操	今月の活動					
午後	カラオケ 14:00~		コンビニ買物・こいのぼり制作					