



	日	月	火	水	木 1	金 2	土 3	
午前		 今月の活動			身体と頭の体操	身体と頭の体操	身体と頭の体操	
午後			お買物週間・美容週間		風船バレー		映画 14:00~	
	4	5	6	7	8	9	10	
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						映画 14:00~
	11	12	13	14	15	16	17	
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~		昼食レク	書道	あっぱれ座		映画 14:00~	
	18	19	20	21	22	23	24	
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~		ボーリング		ピアノ・コーラス	脳トレ	映画 14:00~	
	25	26	27	28	29	30		
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		
午後	カラオケ 14:00~	買物外出						