

# 1ア1アプログラム

## 6月



月	火	水	木	金	土
	1 <b>薬草風呂</b> 恵美子の館 敏捷性向上体操	2 <b>薬草風呂</b> 恵美子の館 更衣体操	3 <b>薬草風呂</b> <b>英会話教室</b> <b>創作教室</b> ストレッチ体操	4 <b>薬草風呂</b> <b>英会話教室</b> <b>耳のお手入れ</b> 外出体操	5 <b>薬草風呂</b> <b>ビデオ鑑賞</b> 若返り体操
7 <b>ビデオ鑑賞</b> <b>棒体操</b> <b>お好み喫茶</b>	8 <b>ビデオ鑑賞</b> <b>紙相撲大会</b> <b>お好み喫茶</b> 風邪予防体操	9 <b>ビデオ鑑賞</b> <b>紙相撲大会</b> <b>お好み喫茶</b> イキイキ体操	10 <b>三九ツア-</b> <b>ビデオ鑑賞</b> <b>お好み喫茶</b> 転倒防止体操	11 <b>創作教室</b> <b>ビデオ鑑賞</b> <b>お好み喫茶</b> 一般基礎体操	12 <b>カルテット</b> <b>ハーモニカ演奏</b>
14 <b>三九ツア-</b> <b>ネイルサロン</b> 外出体操	15 <b>三九ツア-</b> <b>ネイルサロン</b> 感覚向上体操	16 <b>書道教室</b> <b>三九ツア-</b> 快食・快笑体操	17 <b>父の日</b> <b>(父の喜劇)</b>	18 <b>書道教室</b> <b>三九ツア-</b> <b>耳のお手入れ</b> お手玉体操	19 <b>書道教室</b> <b>三九ツア-</b> 開口一番体操
21 <b>花の会</b>	22 <b>抹茶の会</b> <b>カラオケ</b> 下肢筋力体操	23 <b>ミキハウス</b> 	24 <b>小運動会</b>	25 <b>抹茶の会</b> <b>耳のお手入れ</b> <b>カラオケ</b> トイレ体操	26 <b>お楽しみ会</b> 
28 <b>カラオケ</b> <b>水彩画教室</b> お手玉体操	29 <b>白百合会</b>	30 <b>カラオケ</b> <b>水彩画教室</b> イキイキ体操			