

6月プログラム

1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)
絵画	ストレッチ	パズル	みんなでゲーム	映画「ねこ侍」	ストレッチ
カラオケ	TV鑑賞	シニアヨガ	読書	ウォーキング・学習	クイズ
8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)	13日(土)
ウォーキング・学習	クイズ	シニアヨガ	読書	カラオケ	ストレッチ
リラクゼーション	ストレッチ	映画「用心棒」	みんなでゲーム	パズル	TV鑑賞
15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)	20日(土)
ウォーキング・学習	クイズ	みんなでゲーム	TV鑑賞	映画「トッスガン」	ストレッチ
カラオケ	ストレッチ	読書	シニアヨガ	ウォーキング・学習	パズル
22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)	27日(土)
カラオケ	ストレッチ	リラクゼーション	シニアヨガ	ウォーキング・学習	ストレッチ
ミーティング	クイズ	みんなでゲーム	ウォーキング・学習	学習	TV鑑賞
29日(月)	30日(火)				
パズル	読書				
シニアヨガ	映画「あぶない刑事」				

