



2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	読書	ウォーキング・学習	カラオケ	映画「紅の豚」	カラオケストレッチ
カラオケ	ストレッチ	TV鑑賞	リラクゼーション	ウォーキング・学習	パズル
* 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	ストレッチ	カラオケ	建国記念の日	みんなでゲーム	TV鑑賞
カラオケ	クイズ	ウォーキング・学習		映画「マルサの女①」	読書
15日(月)	16日(火)	17日(水)	* 18日(木)	19日(金)	20日(土)
カラオケ	カラオケストレッチ	クイズ	TV鑑賞	ウォーキング・学習	映画「ジャッキーチェン」
シニアヨガ	パズル	ウォーキング・学習・料理	カラオケ	ミーティング	* ストレッチ
22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)	27日(土)
カラオケ	* 天皇誕生日	ウォーキング・学習	シニアヨガ	パズル	リラクゼーション
ウォーキング・学習・手話		カラオケ	学習	みんなでゲーム	カラオケストレッチ



鬼は～そと～
福は～うち～

