

1月プログラム

1日(土)
元旦

3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)	8日(土)
お休み	書初め	カラオケ	ウォーキング・学習	みんなでゲーム	リラクゼーション
	ウォーキング・学習	カラオケストレッチ	映画「るろうに剣心」	カラオケ	ストレッチ
10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)	15日(土)
成人の日	パズル	カラオケ大会	読書	ストレッチ	ウォーキング・学習
	テレビ鑑賞		ウォーキング・学習	絵画	映画「鉄道員(ぽっぽや)」
17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(金)	22日(土)
シニアヨガ	リラクゼーション	ミーティング	カラオケ	ウォーキング・学習	カラオケストレッチ
ウォーキング・学習・料理	カラオケ	クイズ	パズル	読書	テレビ鑑賞
24日(月)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)	29日(土)
カラオケ	テレビ鑑賞	ウォーキング・学習・手話	カラオケストレッチ	クイズ	パズル
リラクゼーション	みんなでゲーム	カラオケ	学習	ウォーキング・学習	読書

31日(月)
映画「ミッション:インポッシブル」
シニアヨガ

※映画「るろうに剣心」は「最終章 The Beginning」をながす予定です。
 ※映画「ミッション:インポッシブル」は「ミッション:インポッシブル/フォールアウト」をながす予定です。
 本年もよろしくお願ひします