

月

火

水

木

金

4月



1  
ゆったりストレッチ  
10:30～12:00  
  
おしゃべり  
13:00～16:00

2  
パッチワーク・こもの  
10:00～16:00

3  
パソコン学習  
10:00～  
16:00



6  
絵手紙  
10:00～  
16:00



7  
スタッフ会議  
10:00～16:00

8  
カーリンコン  
10:30～12:00  
  
じじ放談  
13:00～16:00

9  
お抹茶で一服  
10:30～16:00  
(利用料+100円)

10  
みんなで体操  
10:30～  
12:00  
おしゃべり  
13:00～



13  
パソコン学習  
10:00～16:00

14  
ふまねっと運動  
10:30～12:00  
  
カードゲーム  
13:00～16:00

15  
ゆったりストレッチ  
10:30～12:00  
  
おしゃべり  
13:00～16:00



16  
おしゃべり  
10:00～12:00  
  
カラオケ  
13:00～16:00

17  
パッチワーク・こもの  
10:00～16:00

20  
写経・ぬり絵  
10:00～  
16:00



21  
おしゃべり  
10:00～12:00  
  
じじ放談  
13:00～16:00

22  
グラウンド・ゴルフ  
10:00～12:00  
  
おしゃべり  
13:00～16:00

23  
絵手紙  
10:00～16:00

24  
みんなでランチ  
(炊き込みご飯)  
(利用料+300円)  
11:00～  
16:00



27  
笑いヨガ  
10:30～12:00  
  
おしゃべり  
13:00～16:00

28  
朝の豊平散歩  
10:00～12:00  
  
おしゃべり  
13:00～16:00



30  
みんなで体操  
10:30～12:00  
  
おしゃべり  
13:00～16:00

