

# 🌸 平成30年3月プログラム表 🌸

	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
11:00 ~				Styleエクササイズ (セラバンド)	Styleエクササイズ (セラバンド)	Styleエクササイズ (セラバンド)
14:00 ~				絵手紙サークル ひな壇バスケット	ひな壇バスケット	フラワーサークル ひな壇バスケット
	5	6	7	8	9	10
11:00 ~	Styleエクササイズ (腰痛体操)	Styleエクササイズ (腰痛体操)	Styleエクササイズ (腰痛体操)	太極拳体操	太極拳体操	太極拳体操
14:00 ~	切り絵サークル 春一番ゲーム	書道サークル 匠の会	歌声教室	手芸サークル 的当てボーリング	墨絵サークル 春一番ゲーム	塗り絵サークル 的当てボーリング
	12	13	14	15	16 	17
11:00 ~	演歌体操	ぷーさんの日	演歌体操	Styleエクササイズ (棒体操)	Styleエクササイズ (棒体操)	Styleエクササイズ (棒体操)
14:00 ~	書道サークル 的当てボーリング	書道サークル 匠の会	書道サークル 春一番ゲーム	手芸サークル コイン集めゲーム	美☆クラブ カラオケ	塗り絵サークル コイン集めゲーム
	19	20	21	22	23	24
11:00 ~	Styleエクササイズ (重錘体操)	Styleエクササイズ (重錘体操)	吹奏楽演奏会	おとせん体操	おとせん体操	おとせん体操
14:00 ~	書道サークル お手玉カーリング	折り紙サークル スリッパ飛ばし	書道サークル お手玉カーリング	歌の会	スリッパ飛ばし	フラダンス鑑賞会
	26	27	28	29	30	31
11:00 ~	ヨガ体操	民謡体操	民謡体操	Styleエクササイズ (腰痛体操)	Styleエクササイズ (腰痛体操)	Styleエクササイズ (腰痛体操)
14:00 ~	切り絵サークル カラオケ	蝶々取りゲーム	大正琴演奏会	ヴァイオリン&ピアノ 演奏会	カラオケ	歌声教室

## イベント



- 7日(水)  
歌声教室 (池村先生)
- 13日(火)  
ぷーさんの日 (弥生保育園交流)
- 21日(水)  
吹奏楽演奏会 (文京吹奏楽団)
- 24日(土)  
フラダンス鑑賞会  
(プルメリア)
- 28日(水)  
大正琴演奏会  
(こすもすグループ)
- 29日(木)  
ヴァイオリン&ピアノ演奏会  
(ムズィークカペレ)
- 31日(土)  
歌声教室 (池村先生)



16日(金)開催!

仲町高齢者在宅サービスセンター

電話 5966-7001