



# 平成30年7月プログラム表



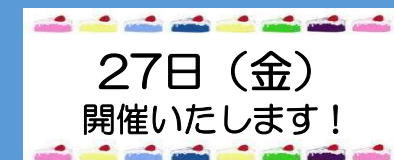
	月	火	水	木	金	土
	2	3	4	5	6	7
11:00 ~	演歌体操	演歌体操	演歌体操	Styleエクササイズ (セラバンド体操)	Styleエクササイズ (セラバンド体操)	Styleエクササイズ (セラバンド体操)
14:00 ~	切り絵サークル 輪投げ(上肢)	書道サークル 匠の会(手工芸)	書道サークル 輪投げ(上肢)	手芸サークル 天の川ゲーム(上肢)	墨絵サークル 天の川ゲーム(上肢)	塗り絵サークル 天の川ゲーム(上肢)
	9 🚌	10	11	12	13	14
11:00 ~	Styleエクササイズ (重錘体操)	Styleエクササイズ (重錘体操)	Styleエクササイズ (重錘体操)	ぷーさんの日	ヨガ体操	太極拳体操
14:00 ~	書道サークル キックカーリング (下肢)	書道サークル 匠の会(手工芸)	書道サークル お手玉カーリング (上肢)	絵手紙サークル キックカーリング (下肢)	歌の会	フラワーサークル キックカーリング (下肢)
	16	17	18	19 🚌	20	21
11:00 ~	おとせん体操	おとせん体操	おとせん体操	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 ~	書道サークル ピンポン玉流し (上肢)	折り紙サークル ピンポン玉流し (上肢)	歌声教室	手芸サークル ピンポン玉流し (上肢)	美☆クラブ カラオケ	塗り絵サークル 浮き輪でレスキュー (上肢)
	23	24	25	26 🍴	27 🍰	28
11:00 ~	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)	民謡体操	民謡体操	民謡体操
14:00 ~	浮き輪でレスキュー (上肢)	浮き輪でレスキュー (上肢)	ピアノ&バイオリン 鑑賞会	歌声教室	スリッパ飛ばし (下肢)	カラオケ
	30	31	★(上肢)は上半身、(下肢)は下半身を主に動かすゲームです			
11:00 ~	太極拳体操	太極拳体操	<b>ご利用日でない日の臨時利用もお待ちしております</b> <hr/> 仲町高齢者在宅サービスセンター 電話 5966-7001			
14:00 ~	カラオケ	ギター鑑賞会 (茅野先生)				

## イベント



- 12日(木) ぷーさんの日  
(交流保育)
- 13日(金) 歌の会(木下さん)
- 18日(水) 歌声教室(辻村先生)
- 25日(水) ピアノ&バイオリン  
(ムズィーク・カペレ)
- 26日(火) 歌声教室(辻村先生)  
出前昼食
- 27日(金) ギター鑑賞会  
(小山先生)
- 31日(火) ギター鑑賞会  
(茅野先生)

## 誕生会



27日(金)  
開催いたします!

