

平成31年2月プログラム表

	月	火	水	木	金	土				
	★				1	2				
11:00 ~									太極拳体操	太極拳体操
14:00 ~									俳句サークル 節分ゲーム(上肢)	フラワーサークル 節分ゲーム(上肢)
	4	5	6	7	8	9				
11:00 ~	防災委員会	おとセン体操	おとセン体操	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 ~	歌声教室	書道サークル 匠の会(手工芸)	書道サークル バランスゲーム	手芸サークル ギリギリストップ(上肢)	墨絵サークル ギリギリストップ(上肢)	塗り絵サークル ギリギリストップ(上肢)				
	11	12	13	14	15 	16				
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)	ぴーさんの日	民謡体操	民謡体操				
14:00 ~	書道サークル バレンタインゲーム (上肢)	書道サークル 匠の会(手工芸)	書道サークル バレンタインゲーム (上肢)	絵手紙サークル バレンタインゲーム (上肢)	切り絵サークル キックボウリング(下肢)	塗り絵サークル キックボウリング(下肢)				
	18	19	20 	21	22	23				
11:00 ~	演歌体操	演歌体操	演歌体操	ヨガ体操	Styleエクササイズ (重錘体操)	Styleエクササイズ (重錘体操)				
14:00 ~	書道サークル ゲーゴル(上肢)	折り紙サークル ゲーゴル(上肢)	カラオケ	手芸サークル キックボウリング (下肢)	美☆クラブ カラオケ	昭和歌謡コンサート				
	25	26	27	28	ご利用日でない日の 臨時利用もお待ちして おります!					
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)	太極拳体操						
14:00 ~	手工芸サークル カラオケ	歌声教室	ゲーゴル (上肢)	歌の会						

イベント

4日(月)
歌声教室(池村さん)

14日(木)
ぴーさんの日(交流保育)

23日(土)
昭和歌謡コンサート
(おもひでチューズデー)

26日(火)
歌声教室(池村さん)

28日(木)
歌の会(木下さん)



 **誕生会** 

15日(金)

仲町高齢者在宅サービスセンター

電話 5966-7001