

	月	火	水	木	金
朝活				1	2
朝活					朝の会 / 知的活動
AM					<div>芸 術 (阿部先生/中村先生)</div> <div>スポーツ (THF：大月先生) *タオル持参</div>
PM					<div>脳トレ</div> <div>もの作り大学 (羽田先生)</div>
	5	6	7	8	9
朝活		朝の会 / 知的活動	朝の会 / 知的活動		朝の会 / 知的活動
AM		芸 術 (及部先生)	<div>スポーツ (小山先生)</div> <div>音 楽 (折山先生/宮武先生)</div>		選択プログラム (ダンス or 太極拳)
PM		ダンスセラピー (石川先生)	<div>音 楽 (磯上先生/西尾先生)</div> <div>スポーツ (小山先生)</div>		音楽サロン ー共に語り、共に歌うー (長島先生)
	12	13 (茨城県民の日)	14	15	16
朝活		朝の会 / 知的活動	朝の会 / 知的活動		朝の会 / 知的活動
AM		ハーブ&アロマ (石崎先生)	クラブ活動 #7		<div>スポーツ (THF：大月先生) *タオル持参</div> <div>芸 術 (阿部先生/中村先生)</div>
PM		<div>農業&園芸</div> <div>長靴、帽子、タオル、水分を持参！</div>	本山式筋トレ (本山先生)		<div>もの作り大学 (羽田先生)</div> <div>脳トレ</div>
	19	20	21	22	23
朝活		朝の会 / 知的活動	朝の会 / 知的活動		<div>勤労感謝の日</div>
AM		チャイニーズエクササイズ / 太極拳 (恩田先生)	<div>音 楽 (磯上先生/星野先生)</div> <div>スポーツ (小山先生)</div>		
PM		音 楽 (磯上先生/小山先生)	<div>スポーツ (小山先生)</div> <div>音 楽 (折山先生/宮武先生)</div>		
	26	27	28	29	30
朝活		朝の会 / 知的活動	朝の会 / 知的活動		朝の会 / 知的活動
AM		シナプソロジー (早川先生)	<div>香りの ルーム</div> <div>もの作り大学 (羽田先生) *エプロン持参</div>		選択プログラム (ダンス or 太極拳)
PM		ダンスセラピー (石川先生)	本山式筋トレ (本山先生)		シナプソロジー (早川先生)