


	月	火	水	木	金	
					1	
朝活	 <ul style="list-style-type: none"> <li>ご利用予定日の1週間前までの完全予約制となります</li> <li>発熱、風邪症状等で体調不良時の際はお休み下さい</li> <li>プログラムは予告なく変更になる場合があります</li> <li>「新型コロナウイルスチェックシート」を記入しご持参下さい</li> </ul>				朝の会 / 知的活動	
AM					「シナプソロジー®」 早川 昌宏 先生	
	4	5	6	7	8	
朝活	朝の会 / 知的活動		朝の会 / 知的活動		朝の会 / 知的活動	
AM	勇ましく、たおやかに 「和クササイズ」 西崎 鼓美 先生		「ひばりの音楽♪」 磯上先生/宮武のぞみ先生	しっかり頑張る 「エクササイズ」 小山 雅弘 先生	「チャイニーズ・ エクササイズ」 恩田 享位 先生	「芸 術」 及部 智子先生 *エプロンがあると 衣服を汚しません
	11	12	13	14	15	
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 智子先生		「シナプソロジー®」 早川 昌宏 先生		時間内に終われば奇跡!? 「ものづくり大学」 羽田 舞子先生 *エプロンがあると衣服を汚しません	
	18	19	20	21	22	
朝活	朝の会 / 知的活動		朝の会 / 知的活動		朝の会 / 知的活動	
AM	「カゴメROCK!!!★ 音楽サロン」 磯上朋子先生/小山文代先生		心と体の 「機能向上エクササイズ」 杉本 季依美 先生	音楽♪ 「春日アンサンブル」 折山もと子先生/宮武先生	「芸 術」 及部 智子先生 *エプロンがあると 衣服を汚しません	心と体の 「機能向上エクササイズ」 杉本 季依美 先生
	25	26	27	28	29	
朝活	朝の会 / 知的活動		朝の会 / 知的活動		昭和の日	
AM	心と体の 「機能向上エクササイズ」 杉本 季依美 先生		時間内に終われば奇跡!? 「ものづくり大学」 羽田 舞子先生 *エプロンがあると衣服を汚しません			