

	月	火	水	木	金
	2	3	4	5	6
朝活		朝の会 / 知的活動	朝の会 / 知的活動		朝の会 / 知的活動
AM		浅見さんのハッピー脳トレ 「レッツ脳！」 浅見 大紀	ひばりーず 「音楽」 磯上朋子/小山文代	頑張る！ 「エクササイズ」 小山 雅弘	心と体の機能向上 「エクササイズ」 杉本 季依美
PM		「チャイニーズエクササイズ」 恩田 享位	頑張る！ 「エクササイズ」 小山 雅弘	春日アンサンブル 「音楽」 折山もと子	「もの作りたい大学」 羽田 舞子
	9	10	11	12	13
朝活	スポーツの日	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 昌宏	「クラブ活動」#5 グループで活動しましょう		「芸術」 及部 智子
PM		「筑波大学農場見学」 *13時過ぎには出発します	 「本山式筋トレ」 本山 輝幸		頑張る！ 「エクササイズ」 小山 雅弘
	16	17	18	19	20
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	心と体の機能向上 「エクササイズ」 杉本 季依美	春日アンサンブル 「音楽」 折山もと子/宮武のぞみ	「和クササイズ」西崎鼓美 or 「チャイニーズ・エクササイズ」恩田享位
PM		心と体の機能向上 「エクササイズ」 杉本 季依美	ひばりーず 「音楽」 磯上朋子/小山文代	心と体の機能向上 「エクササイズ」 杉本 季依美	 「音楽」 磯上朋子/小山文代
	23	24	25	26	27
朝活		朝の会 / 知的活動	朝の会 / 知的活動		朝の会 / 知的活動
AM		「楊名時健康太極拳」 割野 篤子	「もの作れたらいいね大学」 羽田 舞子		「シナプソロジー」 早川 昌宏
PM		「音楽♪カゴメRock」 磯上 朋子/小山 文代	「本山式筋トレ」 本山 輝幸		「エクササイズ」 大月 直美
	30	31	  		
朝活		朝の会 / 知的活動			
AM		太田教授の特別講座 「アタマにいいご飯」			
PM		頑張る！ 「エクササイズ」 小山 雅弘			

新型コロナウイルス感染防止対策、継続中！

- ・マスクの着用、黙食、ご協力願います
- ・体調不良時はお休みください
- ・運動時は必ず靴下を履いてください
(五本指靴下を推奨しています)