

月	火	水	木	金
			1	2
2025. 5 9:30～朝の会 9:45～知的活動 15:25～帰りの会				「ものづくり大学」 羽田 舞子
				笑顔を増やす 「メンテナンスヨガ」 野堀 あや子
5	6	7	8	9
	振替休日	頑張る！ 「エクササイズ」 小山 雅弘		頑張る！ 「エクササイズ」 小山 雅弘
		「わかばBand♪」 折山 もと子		管理栄養士による 「栄養の知恵袋」 北久保/浮田
12	13	14	15	16
	「シナプソロジー」 早川 昌宏	「エコバックアート」 内田 えい子/及部 智子		「音楽」 折山 もと子
	「エクササイズ」 大月 直美	「本山式筋トレ」 本山 輝幸		「エクササイズ」 大月 直美
19	20	21	22	23
	「音楽の輪♪」 武沢 幾子/小山 文代	「シナプソロジー」 早川 昌宏		「芸術」 及部 智子/内田 えい子
	「エクササイズ」 小山 雅弘	「わかばコーラス」 宮島 緑		「チャイニーズ・エクササイズ」 恩田 享位
26	27	28	29	30
	浅見さんのハッピー脳トレ 「レッツ脳！」 浅見 大紀	「ものづくり大学」 羽田 舞子		浅見さんのハッピー脳トレ 「レッツ脳！」 浅見 大紀
	「体力測定」	「体力測定」		「体力測定」

プログラムは変更となる場合がございます。ご了承ください。