

	月	火	水	木	金
	1	2	3	4	5
O		「芸術」 及部 智子	頑張る 「エクササイズ」 小山 雅弘		「ものづくり大学」 羽田 舞子
PM		「エクササイズ」 大月 直美	「わかばBand♪」 折山 もと子		「メンテナンスヨガ」 野堀 あや子
	8	9	10	11	12
AM		「シナプソロジー」 早川 昌宏	「ながら脳活」 井上 大輝		「エクササイズ」 小山 雅弘
PM		「脳活力フィットネス」 根本 みゆき	「本山式筋トレ」 本山 輝幸		「芸術」 及部 智子/内田 えい子
	15	16	17	18	19
AM		「ものづくり専門学校」 大場 恵美子	「シナプソロジー」 早川 昌宏		「チャイニーズエクササイズ」 恩田 享位
PM		「エクササイズ」 小山 雅弘	「わかばBand♪ &コーラス」 折山 もと子/宮島 緑		「回想法」 菅 寛子
	22	23	24	25	26
AM		浅見さんのハッピー脳トレ 「レツツ脳！」 浅見 大紀		「ものづくり大学」 羽田 舞子	「音楽inクリスマス」 武沢幾子/小山文代/トルマチョヴ グレブ
PM		クリスマススペシャル 「音楽の輪♪」 武沢幾子/小山文代/トルマチョヴ グレブ		「クリスマス会」 カフェと音楽 ゲスト：医学フィルハーモニー	打って・食べて・笑って 「年末うどん会」
	29	30	31		
AM		 運動 <ul style="list-style-type: none"> ・複合的な活動が脳をより活性化します。1日を通しての参加をおすすめします。 ・プログラムは変更になることがあります。ご了承ください。 			
PM					