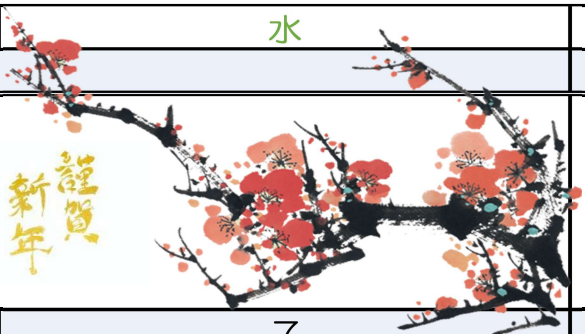


	月	火	水	木	金
				1	2
AM		 			休
PM					
	5	6	7	8	9
AM		「芸術」 及部 智子	頑張る！ 「エクササイズ」 小山 雅弘		頑張る！ 「エクササイズ」 小山 雅弘
PM		「チャイニーズ・エクササイズ」 恩田 享位	「わかばBand♪コーラス」 宮島 緑		「ものづくり大学」 羽田 舞子
	12	13	14	15	16
AM	成人の日	「シナプソロジー」 早川 昌宏	「クラブ活動」		「音楽♪」 越智 健二/折山 もと子
PM		「エクササイズ」 大月 直美	「本山式筋トレ」 本山 輝幸		浅見さんのハッピー脳トレ 「レッツ脳！」 浅見 大紀
	19	20	21	22	23
AM		「音楽の輪♪」 武沢 幾子/小山 文代	「シナプソロジー」 早川 昌宏		「エクササイズ」 大月 直美
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		「芸術」 及部 智子/内田 えい子
	26	27	28	29	30
AM		「スポーツイベント！」	「ものづくり大学」 羽田 舞子		「シナプソロジー」 早川 昌宏
PM		墨香の午後 「書道」	「本山式筋トレ」 本山 輝幸		「メンテナンスヨガ」 野堀 あや子

あけましておめでとうございます。本年もよろしくお願いいたします。
・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。

 運動