



5月

MAY

の活動表



	月	火	水	木	金	土
AM	※変更になる場合があります。 ご了承ください。		1 カラオケ 大型カレンダー	2 カラオケ チェアーヨガ	3 カラオケ エンカサイズ	4 大型カレンダー 歌体操
PM	麻雀・囲碁・将棋 脳トレ・ぬり絵は 毎日おこなっています！		筆文字遊び フィットネスレク ハンドメイド	カラオケ フィットネスレク	カラオケ ラダー教室	カラオケ ウォーキング ハンドメイド
AM	6 カラオケ チェアーヨガ	7 カラオケ 大型カレンダー	8 歌体操 コグエボゲーム	9 カラオケ 頭脳ゲーム(全)	10 カラオケ チェアーヨガ	11 カラオケ 大型カレンダー
PM	カラオケ ラダー教室 ハンドメイド	カラオケ フィットネスレク	カラオケ 大型カレンダー ハンドメイド	カラオケ ラダー教室	絵手紙教室 みんなの元気塾	リズム体操 フィットネスレク ハンドメイド
AM	13 お茶会	14 カラオケ	15 カラオケ	16 カラオケ	17 カラオケ	18 大型カレンダー
制 作						
PM	カラオケ フィットネスレク ハンドメイド	カラオケ ラダー教室	筆文字遊び 歌体操 ハンドメイド	カラオケ フィットネスレク	カラオケ ラダー教室	カラオケ フィットネスレク ハンドメイド
AM	20 カラオケ 頭脳ゲーム(全)	21 カラオケ エンカサイズ	22 頭脳ゲーム(小) みんなの元気塾	23 カラオケ チェアーヨガ	24 カラオケ 頭脳ゲーム(全)	25 コグエボゲーム チェアーヨガ
曜 日 対 抗 ス ポ ル ッ ク						
PM	カラオケ ハンドメイド	麻由さんヨガ	カラオケ ハンドメイド	カラオケ	カラオケ	カラオケ ハンドメイド
AM	27 カラオケ ごぼう先生体操	28 カラオケ 頭脳ゲーム(全)	29 カラオケ 大型カレンダー	30 カラオケ 頭脳ゲーム(全)	31 カラオケ チェアーヨガ	
PM	カラオケ フィットネスレク ハンドメイド	麻由さんヨガ カラオケ	フラワーセラピー 頭脳ゲーム(全) ハンドメイド	カラオケ ラダー教室	カラオケ フィットネスレク	

の活動表