

9月

今月は敬老会で
のど自慢大会があります！
ぜひご参加ください！

	月	火	水	木	金	土	
AM	1 カラオケ	2 カラオケ	3 合唱	4 カラオケ	5 カラオケ	6 カラオケ	
大型カレシソウダ							
PM	カラオケ フィットネスレク	カラオケ ラダー教室 テーブルゲーム	カラオケ フィットネスレク	カラオケ ラダー教室 書道	カラオケ フィットネスレク	頭脳ゲーム(小) 合唱	
AM	8 カラオケ	9 カラオケ	10 カラオケ	11 カラオケ	12 カラオケ	13 カラオケ	
制作							
PM	カラオケ ラダー教室 書道	敬老会(のど自慢大会)				🎤🎤	
AM	15 カラオケ スポーツレク	16 カラオケ 頭脳ゲーム(全)	17 カラオケ チェアーヨガ	18 カラオケ 頭脳ゲーム(全)	19 カラオケ チェアーヨガ	20 アロマヨガ 合唱	
PM		麻由さんヨガ	筆文字アート テーブルゲーム	カラオケ	カラオケ 書道	カラオケ	
曜日対抗スポーツレク							
AM	22 カラオケ 頭脳ゲーム(全)	23 カラオケ 頭脳ゲーム(全)	24 頭脳ゲーム(小) 合唱	25 カラオケ ごぼう先生体操	26 カラオケ 頭脳ゲーム(全)	27 カラオケ エンカサイズ	
PM	カラオケ フィットネスレク	カラオケ 麻由さんヨガ	カラオケ ラダー教室 書道	カラオケ フィットネスレク	カラオケ ラダー教室	頭脳ゲーム(小) フィットネスレク テーブルゲーム	
AM	29 カラオケ チェアーヨガ	30 カラオケ エンカサイズ	※変更になる場合があります。ご了承ください。 麻雀・囲碁・将棋・脳トレ・ぬり絵は 毎日おこなっています！ ✂️🎪🔪 → 床屋週間です！				
PM	カラオケ ラダー教室 テーブルゲーム	カラオケ フィットネスレク 書道					