

	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
A m	健康チェック 今月のうた ラジオ体操 自由空間・卓球部練習	健康チェック 今月のうた ラジオ体操 自由空間	健康チェック 今月のうた ラジオ体操 自由空間	健康チェック 今月のうた ラジオ体操 自由空間	健康チェック 今月のうた ラジオ体操 自由空間	お休み
P m	ソフトバレー練習 脳トレ・手作り	体操タイム ウォーキング	飾り作り	座ポン(DC) ドッチビー(DNC)	まったりティータイム 買い物ツアー (しまむら周辺)	
	8	9	10	11	12	13
A m	健康チェック 今月のうた ラジオ体操 自由空間・卓球部練習	健康チェック 今月のうた ラジオ体操 自由空間	健康チェック 今月のうた ラジオ体操 自由空間	健康チェック 今月のうた ラジオ体操 自由空間	健康チェック 今月のうた ラジオ体操 自由空間	健康チェック 今月のうた 自由空間
P m	ソフトバレー練習 脳トレ・手作り	合同温泉ツアー (十和田温泉) 散歩	おもしろ卓球	スカットボール(DC) ゲーゴルゲーム(DNC) 書道教室(DNC)	体操タイム ウォーキング	まったりスイーツタイム
	15	16	17	18	19	20
A m	健康チェック 今月のうた ラジオ体操 自由空間・卓球部練習	健康チェック 今月のうた ラジオ体操 自由空間	健康チェック 今月のうた ラジオ体操 自由空間	健康チェック 今月のうた ラジオ体操 自由空間	健康チェック 今月のうた ラジオ体操 自由空間	お休み
P m	フットサル練習 脳トレ・手作り	買い物ツアー (ユニバース西店) 散歩	トランプ 脳トレ・手作り	ボッチャ(DC) カローリング(DNC)	飾り作り	
	22	23	24	25	26	27
A m	健康チェック 今月のうた ラジオ体操 自由空間・卓球部練習	健康チェック 今月のうた ラジオ体操 自由空間	健康チェック 今月のうた ラジオ体操 自由空間	健康チェック 今月のうた ラジオ体操 自由空間	健康チェック 今月のうた ラジオ体操 自由空間	お休み
P m	ソフトバレー練習 脳トレ・手作り	クリーンタイム	テーブルゲーム	紙相撲大会	温泉ツアー (十和田温泉) まったりティータイム	
	29	30				
A m	健康チェック 今月のうた ラジオ体操 自由空間・卓球部練習	健康チェック 今月のうた ラジオ体操 自由空間	 <p>6月</p>			
P m	ソフトバレー練習 脳トレ・手作り	DVD鑑賞 手作り				

*コロナウィルス感染予防のため、外出行事は控えています。状況により プログラム変更する場合があります。ご了承ください。