

	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	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 買い物ツアー (トライアル)	まったりティータイム	軽スポーツ ボッチャ(DC) スカットボール(DN)	テーブルゲーム	
	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 ラジオ体操 自由空間
P m	ソフトバレー練習 脳トレ・手作り	ヨガ教室(DN) 体操タイム	温泉ツアー (一本木沢温泉) 脳トレ・手作り	軽スポーツ ポケットボール(DC) カローリング(DN)	まったりティータイム	レク&スイーツを 楽しむ会
	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	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 春分の日
P m	卓球部練習 脳トレ・手作り	合同温泉ツアー (十和田温泉) ソフトバレー練習 脳トレ・手作り	おもしろ卓球	軽スポーツ 座ボン(DC) ゲーゴルフゲーム(DN) 書道教室(DN)	買い物ツアー (イオン十和田) 自由空間	
	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	体操タイム ピラティス教室(DC)	避難訓練	年度末お疲れ様会	まったりティータイム	
	29	30	31			
A m	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			
P m	卓球部練習 脳トレ・手作り	クリーンタイム & まったりスイーツタイム	DVD鑑賞 脳トレ・手作り			