

	月	火	水	木	金	土
						1
A m	 <p>今年は桜の開花が早いとか・・・ 桜の時期はウォーキング・散歩にでかけましょう！ お天気を見ながらプログラムに取り入れていきます。</p> <p>よろしくお祈りします</p> 					お休み
P m						
	3	4	5	6	7	8
A m	健康チェック ウェルネス体操(中級) ラジオ体操 自由空間	健康チェック ウェルネス体操(中級) ラジオ体操 自由空間	健康チェック ウェルネス体操(中級) ラジオ体操 自由空間	健康チェック ウェルネス体操(中級) ラジオ体操 自由空間	健康チェック ウェルネス体操(中級) ラジオ体操 自由空間	ラジオ体操 春のレクリエーション (午前の部)
P m	春のレクリエーション	ピラティス教室(DN) 体操タイム	テーブルゲーム 合同温泉外出 (せせらぎ温泉)	軽スポーツ スカットボール(DC) カローリング(DN)	足踏み体操 まったりティータイム おはなしサロン	春のレクリエーション (午後の部) ティータイム
	10	11	12	13	14	15
A m	健康チェック ウェルネス体操(座位) ラジオ体操 自由空間	健康チェック ウェルネス体操(座位) ラジオ体操 自由空間	健康チェック ウェルネス体操(座位) ラジオ体操 自由空間	健康チェック ウェルネス体操(座位) ラジオ体操 自由空間	健康チェック ウェルネス体操(座位) ラジオ体操 自由空間・金融機関巡り	お休み
P m	ドライブへ行こう！ (高森山～新病院) 脳トレ・手作り ソフトバレー練習	ヨガ教室(DC) 体操タイム	春のレクリエーション	軽スポーツ ゲーゴルゲーム(DC) 座ってポン(DN)	足踏み体操 まったりティータイム おはなしサロン	
	17	18	19	20	21	22
A m	健康チェック ウェルネス体操(初級) ラジオ体操 自由空間	健康チェック ウェルネス体操(初級) ラジオ体操 自由空間	健康チェック ウェルネス体操(初級) ラジオ体操 自由空間	健康チェック ウェルネス体操(初級) 自由空間	健康チェック ウェルネス体操(初級) ラジオ体操 自由空間	お休み
P m	カローリング ソフトバレー練習	ヨガ教室(DN) 体操タイム	散歩 DVD鑑賞	車窓からの花見& イオン下田買い物外出	足踏み体操 まったりティータイム	
	24	25	26	27	28	29
A m	健康チェック ウェルネス体操(中級) ラジオ体操 自由空間	健康チェック ウェルネス体操(中級) ラジオ体操 自由空間	健康チェック ウェルネス体操(中級) ラジオ体操 自由空間	健康チェック ウェルネス体操(中級) ラジオ体操 自由空間	健康チェック ウェルネス体操(中級) ラジオ体操 自由空間	
P m	クリーンタイム	ピラティス教室(DC)	散歩 手作り・脳トレ	軽スポーツ 座ポン(DC) ペットボウリング(DN)	足踏み体操 まったりティータイム 合同温泉外出 (紅葉温泉)	