

	月	火	水	木	金	土
	2	3	4	5	6	7
A m	健康チェック ラジオ体操第一 自由空間 健康クラブ	健康チェック ラジオ体操第一 自由空間 健康クラブ	健康チェック ラジオ体操第一 自由空間 健康クラブ	健康チェック ラジオ体操第一 自由空間 健康クラブ	健康チェック ラジオ体操第一 自由空間 健康クラブ	お休み
P m	演劇同好会 温泉外出 森ランド 脳トレ・手作り	ピラティス教室(DNC) 体操タイム	DVD鑑賞 卓球練習	ボッチャ(体育館)	体操 こまかいどーむ まったりティータイム 合同秋祭り見物	
	9	10	11	12	13	14
A m	健康チェック ラジオ体操第二 自由空間 健康クラブ	健康チェック ラジオ体操第二 自由空間 健康クラブ	健康チェック ラジオ体操第二 自由空間 健康クラブ	健康チェック ラジオ体操第二 自由空間 健康クラブ	健康チェック ラジオ体操第二 自由空間 あさむしツアー	お休み
P m	ソフトバレー練習 演劇同好会 脳トレ・手作り	ヨガ教室(DC) 体操タイム	テーブルゲーム 卓球練習	カローリング(体育館)	こまかいどーむ まったりティータイム	
	16	17	18	19	20	21
A m		健康チェック ラジオ体操第一 自由空間 健康クラブ	健康チェック ラジオ体操第一 自由空間 健康クラブ	健康チェック ラジオ体操第一 自由空間 健康クラブ	健康チェック ラジオ体操第一 自由空間 健康クラブ	お休み
P m		ヨガ教室(DNC) 体操タイム	合同買い物外出 パワーズU 脳トレ・手作り	温泉外出 十和田温泉 スカットボール(DNC) ターゲットペタンク(DC)	こまかいどーむ まったりティータイム 演劇同好会	
	23	24	25	26	27	28
A m		健康チェック ラジオ体操第二 自由空間 健康クラブ	健康チェック ラジオ体操第二 自由空間 健康クラブ	健康チェック ラジオ体操第二 自由空間 健康クラブ	健康チェック ラジオ体操第二 自由空間 健康クラブ	ラジオ体操第二 自由空間
P m		ピラティス教室(DC) 体操タイム	演劇同好会 体操タイム 卓球練習	クリーンタイム	避難訓練 防災講話	お月見レクリエーション
	30	<h1 style="text-align: center;">残暑を乗り切ろう！</h1> <p style="text-align: center;">※食欲の秋だからと食べすぎ注意 ※スポーツの秋しましょうね</p>				
A m	健康チェック ラジオ体操第一 健康クラブ 自由空間					
P m	演劇同好会公演					