

	月	火	水	木	金	土
	2	3	4	5	6	7
A m	健康チェック 体操 自由空間	健康チェック 体操 自由空間	健康チェック 体操 自由空間	健康チェック 体操 自由空間	健康チェック 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 演劇同好会	ピラティス教室 (DNC) 体操タイム	合同温泉 「十和田温泉」 自由空間	ペットボーリング	フットサル交流会 ティータイム 卓球 (部活)	
	9	10	11	12	13	14
A m	健康チェック 体操 自由空間	健康チェック 体操 自由空間	健康チェック 体操 自由空間	健康チェック 体操 自由空間	健康チェック 体操 自由空間	十和田美術館 へ 行こう！！
P m	ソフトバレー練習 脳トレ・手作り 演劇同好会	ヨガ教室 (DC) 体操タイム	十和田下水処理場見学 自由空間	軽スポーツ 座ポン (DC) ターゲットペタンク (DNC)	ティータイム フットサル 金融機関	
	16	17	18	19	20	21
A m	健康チェック 体操 自由空間	健康チェック 体操 自由空間	健康チェック 体操 自由空間	健康チェック 体操 自由空間	健康チェック 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 演劇同好会	ヨガ教室 (DNC) 体操タイム	テーブルゲーム 卓球 (部活・ピンポン)	合同温泉 「せせらぎ温泉」 自由空間	ティータイム 合同買い物ツアー 「トライアル」	
	23	24	25	26	27	28
A m	健康チェック 体操 自由空間	健康チェック 体操 自由空間	健康チェック 体操 自由空間	健康チェック 体操 自由空間	健康チェック 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 演劇同好会	ピラティス教室 (DC)	卓球バレー	さくらんぼ狩り 	ティータイム 卓球 (部活・ピンポン)	
	30					
A m	健康チェック 体操 自由空間					
P m	クリーンタイム					