

		火	水	木	金	
		1	2	3	4	
A m		健康チェック ラジオ体操(第3) ラジオ体操(第1) 自由空間	健康チェック ラジオ体操(第3) ラジオ体操(第1) 自由空間	憲法記念日	みどりの日	
P m		フットサル ウォーキング	お花見散歩 自由空間			
		7	8	9	10	11
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・卓球部練習	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	
P m	ソフトバレー練習 お花見散歩 脳トレ・手作り	フットサル ウォーキング ヨガ教室(DC)	お花見散歩 脳トレ 手作り	ラケットテニス ゲーゴルゲーム 飾り作り	自由空間 菜の花見物 ツアー	
		14	15	16	17	18
A m	健康チェック ラジオ体操(第3) ラジオ体操(第一) 自由空間・卓球部練習	健康チェック ラジオ体操(第3) ラジオ体操(第一) 自由空間	健康チェック ラジオ体操(第3) ラジオ体操(第一) 自由空間	健康チェック ラジオ体操(第3) ラジオ体操(第一) 自由空間	健康チェック ラジオ体操(第3) ラジオ体操(第一) 自由空間	
P m	ソフトバレー練習 脳トレ・手作り 温泉ツアー (せせらぎ温泉)	フットサル ウォーキング チェアエアロビクス	DVD鑑賞 脳トレ 手作り	ソフトバレー わなげ ストレッチ体操	お楽しみ会& まったりティータイム	
		21	22	23	24	25
A m	健康チェック サザエさん体操(立位) ラジオ体操(第一) 自由空間 卓球部練習	健康チェック サザエさん体操(立位) ラジオ体操(第一) 自由空間	健康チェック サザエさん体操(立位) ラジオ体操(第一) 自由空間	健康チェック サザエさん体操(立位) ラジオ体操(第一) 自由空間	健康チェック サザエさん体操(立位) ラジオ体操(第一) 自由空間	
P m	ソフトバレー練習 脳トレ・手作り	ヨガ教室(DNC) フットサル ウォーキング	しまむら 買い物ツアー 自由空間	卓球 ドッチビー 書道教室	自由空間 温泉ツアー (ポニー温泉)	
		28	29	30	31	
A m	健康チェック ウェルネス体操(初級) ラジオ体操 卓球部練習	健康チェック ウェルネス体操(初級) ラジオ体操	健康チェック ウェルネス体操(初級) ラジオ体操	健康チェック ウェルネス体操(初級) ラジオ体操		
P m	ソフトバレー練習 脳トレ・手作り	フットサル ピラティス教室 ウォーキング	クリーンタイム& まったりティータイム	バドミントン 座ってポン		