

2016

## 11月のプログラム

日	月	火	水	木	金	土
		1 ウエルネス体操 風船バレー	2 ストレッチ体操 パソコン(カード作成など)	3 文化の日	4 あすなる会 ゲーム	5 雑学 ボードゲーム
6	7 創作活動 カラオケ	8 バイタルチェック 卓球/手芸	9 ドライブ 八天堂工場見学&三景園	10 園芸 ウォーキング (マックスバリュ)/音楽鑑賞	11 あすなる会 ゲーム(Wii)	12
13	14 創作活動 カラオケ	15 ウエルネス体操 スイーツの会	16 ストレッチ体操 パソコン講座/検定に挑戦	17 園芸 芸術(書道)/南区図書館	18 あすなる会 ゲーム	19 朗読 シンプルエクササイズ
20	21 創作活動 カラオケ	22 バイタルチェック SST	23 勤労感謝の日	24 園芸 卓球/音楽鑑賞	25 あすなる会 ゲーム (ダーツ)	26
27	28 創作活動 カラオケ	29 ウエルネス体操 バランスゲーム /映画鑑賞	30 ストレッチ体操 スポーツ(南区SC) /手芸			

## 「おしらせ」

☆9日のドライブは『八天堂 工場見学&三景園の紅葉狩り』です。福祉バスを利用します。

☆2日のパソコンの申し込みはおりません。16日のパソコン講座は申し込みが必要な為、別途お知らせいたします。