

2016

## 7月のプログラム

日	月	火	水	木	金	土
					1 あすなる会 ゲーム	2 朗読 シンプルエクササイズ
3	4 創作活動 カラオケ	5 バイタルチェック 卓球/茶道	6 園芸 夏祭り準備	7 ストレッチ体操 コラージュ	8 あすなる会 ゲーム(Wii)	9
	10 創作活動 カラオケ	12 ドライブ 防災センター	13 園芸 夏祭り準備	14 ストレッチ体操 パソコン講座/ウォーキング (マックスバリュ)	15 あすなる会 ゲーム	
17	18 海の日	19 ウェルネス体操 カラオケ	20 園芸 音楽鑑賞/卓球	21 ストレッチ体操 麻雀/ボードゲーム	22 あすなる会 ゲーム (ペットボトル輪投げ)	23 
		24 /31 創作活動 カラオケ	26 バイタルチェック SST	27 園芸 スポーツ(南区SC) /手芸	28 ストレッチ体操 パソコン講座/南区図書館	

☆12日は広島市防災センターで避難訓練、地震体験などをします。福祉バスを利用します。

☆23日は『メンタルの夏祭り』です

☆パソコン講座は事前の申し込みが必要です。×切は11日月曜日です。申し込み用紙を貼っておきますので、希望の方は11日までに名前を書いてください。

☆27日のスポーツは南区スポーツセンターでトレーニングジムを利用する予定です





