


2017

7月のプログラム

日	月	火	水	木	金	土
						1 夏祭り準備 シンプルエクササイズ
2	3 創作活動 カラオケ	4 バイタルチェック 手芸/ウォーキング (マックスバリュ)	5 ストレッチ体操 ゲーム(Wii)	6 園芸 パソコン	7 あすなる会/夏祭り準備 ゲーム	8
	9	10 創作活動 カラオケ	11 ウェルネス体操 卓球/絵画	12 ドライブ 防災センター	13 園芸 バランスゲーム	
16	17 海の日	18 バイタルチェック スイーツの会	19 ストレッチ体操 スポーツ(南区SC) /手芸	20 園芸 脳トレ/南区図書館	21 あすなる会 チャレンジミュージック	22 
		23	24 創作活動 カラオケ	25 ウェルネス体操 音楽鑑賞	26 ストレッチ体操 パソコン講座 /卓球	
30	31 創作活動 カラオケ					

☆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。
 ☆19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
 ☆22日は『メンタルの夏祭り』です