

平成28年

1月プログラム

季節の料理・・・14日は『白玉しるこ』
28日は『お雑煮』

月		火		水		木		金	
4	お正月休み	5	パソコン 学習 ゲーム 文芸・創作	6	健康ケア（運動） フリー 卓球 学習	7	ゲーム 学習 ♥ピラティス 文芸・創作	8	サークル（フットボラ ーズ）文芸・創作 コーラス 学習
11	成人の日	12	散歩（初詣） 学習 コーラス 文芸・創作	13	健康ケア（栄養指導） フリー 卓球 学習	14	☆♥季節の料理 学習 籐 文芸・創作	15	サークル（麻雀） 文芸・創作 お菓子 学習・ゲーム
18	☆♥パッチワーク パソコン・文芸 フットサル サークル・学習	19	パソコン 学習 ゲーム 文芸・創作	20	健康ケア（運動） フリー 卓球 学習	21	ゲーム 学習 ♥ピラティス 文芸・創作	22	サークル（フットボラ ーズ）文芸・創作 コーラス 学習
25	パソコン 文芸・創作 サークル 学習	26	散歩 学習 コーラス 文芸・創作	27	健康ケア（栄養） フリー 卓球 学習	28	☆♥季節の料理 学習 籐 文芸・創作	29	サークル（麻雀） 文芸・創作 ゲーム 学習

健康ケア・お菓子・今井塾は面接で相談してからの参加となります。

☆マークのついたプログラムへの参加は申し込みが必要です。♥印は利用日でない方も参加できます。

(♥印の付いてないプログラムは利用日の方のみです)

締切日までにスタッフルーム入口付近の名簿に名前を書いてください。

すべての申し込みについて、電話での申し込みは出来ませんがキャンセルは電話でも可能です。

サークル活動・・・月曜日、将棋・編み物、金曜日は、隔週で麻雀とザ・フットボラーズです。

×切
14日 季節の料理・・・7日
18日 パッチワーク・・・
12日
28日 季節の料理・・・21

