

# 12月

日 月 火 水 木 金 土

1 2 3 4 5 6 7  
8 9 10 11 12 13 14  
15 16 17 18 19 20 21  
22 23 24 25 26 27 28  
29 30 31



6日 認知症のことを話そう会

13日 ボランティアさんによる  
出し物を楽しむ会

「健康養生ストレッチ」さんによる  
健康体操・太極拳

※動きやすい服装  
水分持参

20日 お話をする会

27日 体験する会

須藤さんによる  
「生き生きシニア体操」体験教室

※動きやすい服装  
運動しやすいシューズ  
水分 持参

10日 体験する会

須藤さんによる  
「生き生きシニア体操」体験教室

※動きやすい服装  
運動しやすいシューズ  
水分 持参

17日 認知症のことを話そう会

24日 ボランティアさんによる  
出し物を楽しむ会

「ハーモニカサークル ドレミ」  
さんのハーモニカ演奏

31日 お話をする会

# 1月

日 月 火 水 木 金 土

1 2 3 4  
5 6 7 8 9 10 11  
12 13 14 15 16 17 18  
19 20 21 22 23 24 25  
26 27 28 29 30 31

