



11月

月 火 水 木 金 土 日

AM	PM		<p>7月からダイエット部が始動しています。 月・水・金曜日の13時～みんなで15分程のダンスもしています。 興味がある方は、ぜひ御参加ください。 みんなで頑張りましょう！</p> 			1 朝の会	2 朝の会	3 文化の日
				のびのびエクササイズ	アニトーク	男のマナーUP オメガの会	映画鑑賞	
AM	PM	4 振替休日	5 朝の会	6 朝の会 散歩 	7 朝の会 編み物	8 朝の会 のびのびエクササイズ	9 朝の会 お菓子作り (クッキー)	10
			音楽	人付き合いセミナー	スポーツレク (輪投げ)	男のマナーUP 新田さんの会	ティータイム	
AM	PM	11 朝の会 健康チェック	12 朝の会 読書会	13 朝の会 散歩 	14 朝の会 日帰り旅行 	15 朝の会 のびのびエクササイズ	16 朝の会 サントラジオ 	17 サントミュージック フェア～ト 
		書道	編み物&クラフト	新聞部	男のマナーUP 新田さんの会	歌声サロン		
AM	PM	18 朝の会 しゃべり場	19 朝の会 焼き芋 	20 朝の会 散歩	21 朝の会 編み物	22 朝の会 のびのびエクササイズ	23 勤労感謝の日	24
		絵手紙	人付き合いセミナー	スポーツレク (グラウンドゴルフ)	男のマナーUP 新田さんの会			
AM	PM	25 朝の会 社会資源講座	26 朝の会 染め物 	27 朝の会 自治会	28 朝の会 編み物	29 朝の会 のびのびエクササイズ	30 朝の会 お菓子作り (パフェ)	
		書道	新聞部	スポーツレク (風船バレー)	男のマナーUP 新田さんの会	ティータイム		