



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 のびのびエクササイズ 男のマナーUP オメガの会	2 朝の会 アニトーク 映画鑑賞	3 文化の日
	4 振替休日	5 朝の会 プラバン作り 音楽	6 朝の会 散歩 人付き合いセミナー	7 朝の会 編み物 スポーツレク (輪投げ)	8 朝の会 のびのびエクササイズ 男のマナーUP 新田さんの会	9 朝の会 お菓子作り (クッキー) ティータイム	10	
AM PM	11 朝の会 健康チェック 書道	12 朝の会 読書会 編み物&クラフト	13 朝の会 散歩 新聞部	14 朝の会 日帰り旅行	15 朝の会 のびのびエクササイズ 男のマナーUP 新田さんの会	16 朝の会 サントラジオ 歌声サロン	17 サントミュージック フェア～ト	
AM PM	18 朝の会 しゃべり場 絵手紙	19 朝の会 焼き芋	20 朝の会 散歩 人付き合いセミナー	21 朝の会 編み物 スポーツレク (グラウンドゴルフ)	22 朝の会 のびのびエクササイズ 男のマナーUP 新田さんの会	23 勤労感謝の日	24	
AM PM	25 朝の会 社会資源講座 書道	26 朝の会 染め物	27 朝の会 自治会 新聞部	28 朝の会 編み物 スポーツレク (風船バレー)	29 朝の会 のびのびエクササイズ 男のマナーUP 新田さんの会	30 朝の会 お菓子作り (パフェ) ティータイム		