

コミュニティガーデン さくら プログラム予定表



2024 2月



		月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜			
					1	2	3	4			
カルチャー	午前				布のコースター	ストラップ	フェルトでコースター				
	午後				カラオケ体操	カラオケ体操	カラオケ体操		カラオケ体操	カラオケ体操	カラオケ体操
トレーニング					午前	ペーパータペストリー	ペン習字で掛け軸		つまみ細工でプローチ	歩行訓練	
	午後				ピンポンでピンゴ	牛乳パックでタワー	グラグラゲーム		輪っか体操		
		5	6	7	8	9	10	11			
カルチャー	午前	お守り	フェルトでコースター	ペン習字で掛け軸	布で作るお花	アメリカンフラワー	ストラップ				
	午後	カラオケ体操	カラオケ体操	カラオケ体操	カラオケ体操	カラオケ体操	カラオケ体操				
トレーニング		午前	パッチワークでハニーケース (長期)	小さなお人形	ペーパータペストリー	つまみ細工 (長期)	毛糸でモップ		ペン習字で掛け軸		
	午後	スゴロク	トランプ・オセロ	〇×ゲーム	坊主めくり	ピンポンでピンゴ	牛乳パックでタワー				
		12	13	14	15	16	17	18			
カルチャー	午前	さくらほりきり	さくらほりきり	さくらほりきり	さくらほりきり	さくらほりきり	さくらほりきり				
	午後	カラオケ体操	カラオケ体操	カラオケ体操	カラオケ体操	カラオケ体操	カラオケ体操				
トレーニング		午前	パッチワークでハニーケース (長期)	毛糸でモップ	つまみ細工でプローチ	つまみ細工 (長期)	牛乳パックでミニバスケット		アメリカンフラワー		
	午後	グラグラゲーム	スゴロク	トランプ・オセロ	〇×ゲーム	棒倒しゲーム	坊主めくり				
		19	20	21	22	23	24	25			
カルチャー	午前	ペーパータペストリー	牛乳パックでミニバスケット	お守り	毛糸でモップ	小さなお人形	お守り				
	午後	カラオケ体操	カラオケ体操	カラオケ体操	カラオケ体操	カラオケ体操	カラオケ体操				
トレーニング		午前	パッチワークでハニーケース (長期)	布で作るお花	トイレットペーパーの芯で犬	つまみ細工 (長期)	つまみ細工でプローチ		布で作るお花		
	午後	牛乳パックでタワー	グラグラゲーム	棒倒しゲーム	トランプ・オセロ	坊主めくり	ピンポンでピンゴ				
		26	27	28	29						
カルチャー	午前	牛乳パックでミニバスケット	布のコースター	小さなお人形	ストラップ						
	午後	カラオケ体操	カラオケ体操	カラオケ体操	カラオケ体操						
トレーニング		午前	パッチワークでハニーケース (長期)	アメリカンフラワー	トイレットペーパーの芯で犬				つまみ細工 (長期)		
	午後	ピンゴゲーム	〇×ゲーム	スゴロク	棒倒しゲーム						
		26	27	28	29						
カルチャー	午前	スティック体操		インナーマッスルトレーニング							
	午後	スポーツ体操		ズンドコ体操							
トレーニング	午前	恋のバカンス体操		表情筋体操					上半身セラバンド体操		
	午後	全身筋トレ体操		365歩のマーチ体操					下肢筋力UP体操		
		26		27							
カルチャー	午前	牛乳パックでミニバスケット		布のコースター							
	午後	カラオケ体操		カラオケ体操							
トレーニング		パッチワークでハニーケース (長期)		アメリカンフラワー					トイレットペーパーの芯で犬		つまみ細工 (長期)
	ピンゴゲーム		〇×ゲーム		スゴロク				棒倒しゲーム		
		26		27							
カルチャー	午前			<p>お願い</p> <p>コロナウイルス、インフルエンザ等予防の為マスクの着用をお願い致します。 熱や咳などの症状が出ている場合、念の為お休み頂きますようご協力お願い致します。 尚、利用中に発熱・体調不良等の症状が見受けられました場合、早退して頂く 可能性がございますので予めご了承ください</p>							
	午後										
トレーニング	午前										
	午後										