

コミュニティガーデン
さくら
プログラム予定表

2025

7月

		月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜
			1	2	3	4	5	6
カルチャーゲーム	午前		ちぎり絵	ちぎり絵	ちぎり絵	ちぎり絵	ちぎり絵	
			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	
	午後		クッキーのPATCH	お花のストラップ	イチゴのストラップ	造花で花壇	花瓶敷	
			かるた大会	トランプ	オセロゲーム	棒倒しゲーム	坊主めくり	
トレーニング	午前	真っ赤な太陽体操		のびのびストレッチ		スポーツ体操		
	午後	ハンカチ体操		ダンベル体操		下肢筋力up体操		
		7	8	9	10	11	12	13
カルチャーゲーム	午前	ちぎり絵	ちぎり絵	ちぎり絵	ちぎり絵	ちぎり絵	ちぎり絵	
		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	
	午後	お料理教室（お楽しみ）	お料理教室（お楽しみ）	お料理教室（お楽しみ）	お料理教室（お楽しみ）	お料理教室（お楽しみ）	お料理教室（お楽しみ）	
		スゴロク	牛乳パックでタワー	かるた大会	棒倒しゲーム	ジェンガ	トランプ	
トレーニング	午前	インナーマッスルトレーニング		お手玉体操		歩行訓練		
	午後	輪っか体操		恋のバカンス体操		指先体操		
		14	15	16	17	18	19	20
カルチャーゲーム	午前	ちぎり絵	ちぎり絵	ちぎり絵	ちぎり絵	ちぎり絵	ちぎり絵	
		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	
	午後	花瓶敷	トイレットペーパーの芯で飾り	造花で花壇	クッキーのPATCH	イチゴのストラップ	トイレットペーパーの芯で飾り	
		牛乳パックでタワー	かるた大会	スゴロク	かるた大会	トランプ	ジェンガ	
トレーニング	午前	セラバンド体操		真っ赤な太陽体操		肩回り体操		
	午後	下肢筋力up体操		スポーツ体操		スティック体操		
		21	22	23	24	25	26	27
カルチャーゲーム	午前	ちぎり絵	ちぎり絵	ちぎり絵	ちぎり絵	ちぎり絵	ちぎり絵	
		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	
	午後	お料理教室（お楽しみ）	お料理教室（お楽しみ）	お料理教室（お楽しみ）	お料理教室（お楽しみ）	お料理教室（お楽しみ）	お料理教室（お楽しみ）	
		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	
トレーニング	午前	恋のバカンス体操		歩行訓練		ダンベル体操		
	午後	お手玉体操		タオル体操		のびのびストレッチ		
		28	29	30	31			
カルチャーゲーム	午前	ちぎり絵	ちぎり絵	ちぎり絵	ちぎり絵			
		カラオケ体操	カラオケ体操	カラオケ体操	カラオケ体操			
	午後	トイレットペーパーの芯で飾り	花瓶敷	イチゴのストラップ	お花のストラップ			
		ジェンガ	グラグラゲーム	トランプ	スゴロク			
トレーニング	午前	インナーマッスルトレーニング		輪っか体操				
	午後	セラバンド体操		指先体操				

お願い

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

