

A decorative header for the month of June. It features a blue oval with the white Japanese text '6月' (June) in the center. To the left of the oval is a cluster of purple hydrangeas, and to the right is a cluster of pink hydrangeas. Above the right side of the header, there are blue raindrops and a small white ghost-like figure with a red bow. Below the header, on the right side, is a large, cute white rabbit with pink inner ears and a red bow, sitting in front of a blue background with yellow vertical stripes.

		月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜	
					1	2	3	4	
カルチャールーム	午前	・都合により、予定が変更になる場合がございます。 ご了承ください。 ・レッドコードは随時開催しております。 ・名称等、ご不明な点がございましたら、お気軽に お問合せください。 ★お誕生週間★ 6月19日(月)～24日(土) ★：ボランティア ◇：事前予約			フェルトであじさい	羊毛フェルトであじさい	レジンであじさいの ネックレス		
	午後				厚紙で作るペン立て	たけしのお楽しみ教室♡	お習字教室		
パリの食卓	午前				お手玉体操	ボール体操	ゆるりん体操		
	午後				オリンピック体操	のびのび体操	青竹体操		
温水プール	午前				水中ウォーキング	腰痛体操			
	午後				水中筋トレ	浮き棒体操			
料理教室					ちくわ油淋鶏	厚揚げ チンジャオロースー	肉みそチャーハン		
パリジェンヌ									
お買い物ツアー					ダイソー（茨城とうかい店）				
					5	6	7		8
カルチャールーム	午前	そろばん教室	革でコインケース	アイロンビーズ	ビーズのプレスレット	つまみ細工でバラ	手さしでリメイク		
	午後	ブラバンで蝶々	なおみのお絵描き教室	畳のへりのペンケース	おにぎりとウィンナー ストラップ	絵手紙教室	小鳥のプローチ		
パリの食卓	午前	ダンベル体操	オリンピック体操	すっきりストレッチ	タオル体操	お手玉体操	オリンピック体操		
	午後	ひばり体操	とうかいエアロ	セラバンド体操	のびのび体操	ゆるりん体操	とうかいエアロ		
温水プール	午前	水中ウォーキング		浮き棒体操		水中筋トレ			
	午後	水中筋トレ		腰痛体操		水中ウォーキング			
料理教室		うすらミートボール	チキンとトマトの煮込み	鶏ごぼうの 炊き込みご飯	春雨チャプチェ	ピーマンの 肉詰めトマト煮	サバのピリ辛ごまみそ煮		
パリジェンヌ			リンデン美容室		リンデン美容室				
お買い物ツアー		ヨークベニマル（東海店）							
		12	13	14	15	16	17		18
カルチャールーム	午前	手さしでリメイク	厚紙で作るペン立て	レジンであじさいの ネックレス	つまみ細工でバラ	レジンであじさいの ネックレス	タッセルの バックチャーム	全国ナンバーワン国民宿舎 『鵜の岬』お食事ツアー 	
	午後	おにぎりとウィンナー ストラップ	たけしのお楽しみ教室♡	コルクアート	木製ネームタグ	フラワーバスケット	なおみのお絵描き教室		
パリの食卓	午前	ボール体操	ダンベル体操	とうかいエアロ	ひばり体操	オリンピック体操	すっきりストレッチ		
	午後	のびのび体操	ゆるりん体操	のびのび体操	オリンピック体操	タオル体操	お手玉体操		
温水プール	午前	腰痛体操		水中ウォーキング		浮き棒体操			
	午後	浮き棒体操		水中筋トレ		腰痛体操			
料理教室		ブロッコリーエビチリ	厚揚げと豚肉の ピリ辛味噌炒め	鮭とじゃがいもの 甘辛バター炒め	つくねナポリタン	なすとニラの麻婆丼	塩昆布と桜エビの 炊き込みご飯		
パリジェンヌ			ハンドマッサージ			リンデン美容室			
お買い物ツアー		ウエルシア（東海舟石川店）							
		19	20	21	22	23	24		25
カルチャールーム	午前	ハーブ教室	トールペイント	タッセルのバックチャーム	ハーブ教室	そろばん教室	アイロンビーズ		
	午後	つまみ細工でバラ	お習字教室	フラワーバスケット	畳のへりのペンケース	おにぎりとウィンナー ストラップ	たけしのお楽しみ教室♡		
パリの食卓	午前	セラバンド体操	すっきりストレッチ	のびのび体操	青竹体操	ボール体操	オリンピック体操		
	午後	オリンピック体操	タオル体操	お手玉体操	とうかいエアロ	ゆるりん体操	ひばり体操		
温水プール	午前	水中筋トレ		腰痛体操		水中ウォーキング			
	午後	水中ウォーキング		浮き棒体操		水中筋トレ			
料理教室		筍とピーマンの マーボー春雨	豚小間柳川風	ツナキャベツ フレンチトースト	鮭チャーハン	肉巻きじゃがいもの 照り焼き	パブリカのドライカレー		
パリジェンヌ							ハンドマッサージ		
お買い物ツアー		イオン（東海店）							
		26	27	28	29	30			
カルチャールーム	午前	小鳥のプローチ	手さしでリメイク	ブラバンで蝶々	トールペイント	革でコインケース	 		
	午後	ビーズのプレスレット	フェルトであじさい	木製ネームタグ	絵手紙教室	ミニフラワー アレンジメント			
パリの食卓	午前	お手玉体操	ボール体操	オリンピック体操	タオル体操	ゆるりん体操			
	午後	とうかいエアロ	のびのび体操	セラバンド体操	すっきりストレッチ	オリンピック体操			
温水プール	午前	ボディコア		水中筋トレ		ボディコア			
	午後	浮き棒体操		ボディコア		腰痛体操			
料理教室		豚肉とキャベツのニラだれ	鰯の南蛮漬け	鶏肉のごま照り焼き	豚肉入りとろみニラ玉	メカジキの酢豚風			
パリジェンヌ				リンデン美容室	ハンドマッサージ				
お買い物ツアー		山新（東海店）							