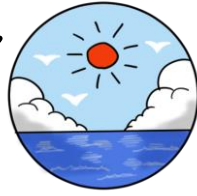


コミュニティガーデン
百合が丘
プログラム予定表



8月



		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 午後	<p>都合により予定が変更になる場合も ございます。</p> <p>・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、 お気軽にお問い合わせください。</p> <p>♡:体操(体操以外のものは表記されています) ☺:マッサージ(足裏・さわやかマッサージ)</p> <p>★:講師・ボランティア ◇:事前予約</p> <div style="border: 1px dashed blue; padding: 5px; text-align: center;"> <p>今月のイベント</p> <p>8/25(日) ◇お出かけツアー</p> <p>お誕生日週間 8/26(月)~8/31(土)</p> </div>			ハワイアンかがみ	手芸箱作り	ねんどでペンギン	
スタジオ	午前 午後				足をはくぞう!マットヨガ	歌心教室	刺しゅう教室	
温水プール	午前 午後				ボール体操	ヤングマン体操		
緑の食卓					★シルバリーハビリア体操	チェアヨガ		
百合Caf'e					水中筋トレ	水中ウォーキング		
サロン ド フルール					浮き棒体操	ボールDEエクササイズ		
お買い物ツアー		♡		読書マラソン				
カルチャールーム	午前 午後	豚しゃぶサラダ	さわらのチーズ焼き	サーモンフライ ~こまろソース~				
スタジオ	午前 午後	孫の肩もみ	ネイルケア	マッサージ◎				
温水プール	午前 午後	ヨークベニマル・ウエルシア薬局	都炉美煎本舗	ストッカー(常澄店)				
お買い物ツアー								
		5	6	7	8	9	10	11
カルチャールーム	午前 午後	タオルで果物アート	保冷剤付きタオル	レザープラントハンガー	★陶芸教室	★◇染色教室	みつあみ花ブローチ	
スタジオ	午前 午後	★パソコン教室/ ミサンカ作り	マーブル風鈴	★パソコン教室/鉛筆写経	筋肉について	書の道	★手芸教室	
温水プール	午前 午後	水戸黄門体操		タオル体操	すっきりストレッチ			
緑の食卓		セラバンド体操		ヤングマン体操	★シルバリーハビリア体操	よし!いくぞう体操		
百合Caf'e		ボールDEエクササイズ		水中ウォーキング	浮き棒体操	水抜き清掃の為 プールは使用できません		
サロン ド フルール		浮き棒体操		水中筋トレ	水中ウォーキング			
お買い物ツアー		♡	トランプゲーム	♡	ジェンガ大会	♡	人生ゲーム	
カルチャールーム	午前 午後	3種のエビフライ	豚肉とアスパラの柚子胡椒炒め	鶏の唐揚げ ~おろしポン酢~	夏野菜入り塩焼きそば	鶏肉の甘酢炒め	焼き餃子	
スタジオ	午前 午後	マッサージ◎		保温バック	◇リンデン美容室	マッサージ◎	ネイルケア	
温水プール	午前 午後	ヨークベニマル・ウエルシア薬局	JA酒門	イオンスタイル(下市店)	サンキ(衣料品店)	ストッカー(常澄店)	ヨークベニマル・ウエルシア薬局	
お買い物ツアー								
		12	13	14	15	16	17	18
カルチャールーム	午前 午後	フェルトのコサージュ	布のコスター	羊毛ほんほん くらげ	バラのコサージュ(1日)	★◇染色教室	★クラフトアート	
スタジオ	午前 午後	★茶道教室	ウッドパーニング	★パソコン教室/★陶芸教室		リメイクカゴバック	生器器について	
温水プール	午前 午後	ズンドコ体操		NEW 納涼体操(仮) NEW		ズンドコ体操		
緑の食卓		★吹矢	タオル体操	水戸黄門体操		青竹体操		
百合Caf'e		~水抜き清掃の為プールは使用できません~ 10日~13日		浮き棒体操		水中筋トレ		
サロン ド フルール		ボールDEエクササイズ		ボールDEエクササイズ		浮き棒体操		
お買い物ツアー		♡		★囲碁(片山)	オセロ大会	♡		
カルチャールーム	午前 午後	香味野菜入りハンバーグ	鮭の南蛮漬け	ささみのチーズピカタ	さばの竜田揚げ	豚肉のピリ辛味噌炒め	グレープフルーツゼリー	
スタジオ	午前 午後	耳の掃除屋さん	◇リンデン美容室	マッサージ◎		ネイルケア	孫の肩もみ	
温水プール	午前 午後	ヨークベニマル・ウエルシア薬局						
お買い物ツアー								
		19	20	21	22	23	24	25
カルチャールーム	午前 午後	★◇トールペイント	七宝焼き	★◇アロマクラフト (キッチンハーブソルト)	牛乳パックで室内菜園	かごあみ(1日)	ハワイアンかざり	
スタジオ	午前 午後	★パソコン教室/俳句愛好会	江橋折り紙教室	★陶芸教室	人付き合い講座		★手芸教室	
温水プール	午前 午後	すっきりストレッチ		ザキザキ体操		水戸黄門体操		
緑の食卓		★シルバリーハビリア体操	ズンドコ体操	よし!いくぞう体操		ボール体操		
百合Caf'e		水中ウォーキング		ボールDEエクササイズ		浮き棒体操		
サロン ド フルール		水中筋トレ		浮き棒体操		水中ウォーキング		
お買い物ツアー		♡	読書マラソン	★音楽療法	♡	トランプゲーム	ジェンガ大会	
カルチャールーム	午前 午後	アスパラとベーコンの オイスター炒め	牛肉のマスタードロールフライ	ピザ風トースト	揚げワタンのチリソース	ポークソテー ~ネーラだれ~	梅肉とレタスのチャーハン	
スタジオ	午前 午後	◇リンデン美容室	マッサージ◎		ネイルケア	◇リンデン美容室	マッサージ◎	
温水プール	午前 午後	ストッカー(常澄店)	ヨークベニマル・ウエルシア薬局	シャトレーゼ(お菓子屋さん)	ストッカー(常澄店)	ヨークベニマル・ウエルシア薬局	業務スーパー(けやき台)	
お買い物ツアー								
		26	27	28	29	30	31	
カルチャールーム	午前 午後	ヘアキャップ	★陶芸教室	★陶芸教室	羊毛ほんほん しろくま	すのこミニテーブル	ミニタオルのポーチ	
スタジオ	午前 午後	★パソコン教室/ペン字講座	★◇トールペイント	★パソコン教室/ アイロンビーズ	牛乳パックで小物入れ	★サンキャッチャー プレスレット(福菓)	ビーズネックレス	
温水プール	午前 午後	よし!いくぞう体操		ズンドコ体操		マルーン体操		
緑の食卓		★吹矢	ヤングマン体操	すっきりストレッチ		タオル体操		
百合Caf'e		浮き棒体操		水中筋トレ		ボールDEエクササイズ		
サロン ド フルール		ボールDEエクササイズ		水中ウォーキング		浮き棒体操		
お買い物ツアー		♡		ジェンガ大会	★音楽会(音遊ばんど)	読書マラソン	♡	
カルチャールーム	午前 午後	鶏もも肉とうすら卵のうま煮	エビのオーロラソース	サクサクとんかつ	鶏肉とじゃがいものバター醤油	カジキの香草フライ	豚肉の野菜巻き焼き	
スタジオ	午前 午後	マッサージ◎	耳の掃除屋さん	お口の健康講座	マッサージ◎		保温バック	
温水プール	午前 午後	ダイソー(けやき台)	ストッカー(常澄店)	ヨークベニマル・ウエルシア薬局	JA酒門	ヨークベニマル・ウエルシア薬局		

◇お出かけツアー