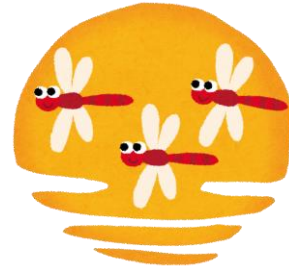


# コミュニティガーデン 百合が丘 プログラム予定表



## 9月



		月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜				
			1	2	3	4	5	6				
カルチャールーム	午前	<b>・お買い物ツアー</b> <b>・カラオケ</b>  感染予防の為、 当面の間中止 します。  	秋の塗り絵	ピースでマスクアクセサリー	ひもプレスレット	★◇染色教室	睡蓮の指輪作り					
	午後		手作り扇子	月見のあかり	ストレス解消講座	ゆったり茶話会	ドリンクカバー					
スタジオ	午前		水戸黄門体操	よし!いくぞう体操		タオル体操						
	午後		ヤングマン体操	ボール体操		チェアヨガ						
温水プール	午前		※コロナウイルス感染症予防のため、プールでの集団体操は見合わせとさせていただきます。									
午後	※コロナウイルス感染症予防のため、プールでの集団体操は見合わせとさせていただきます。											
緑の食卓			♡			びかびか眼鏡			♡			
百合Caf'e			れんこん入りつくね	鮭のマヨバターパン粉焼き	豚バラのせのろチャーハン	ツナカレーパン	ぶりのから揚げピリ辛ダレ					
サロン ド フルール			🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰			★◇リンデン美容室	🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰					
			7	8	9	10	11		12	13		
カルチャールーム	午前	★◇トールペイント	★◇トールペイント	★◇アロマクラフト (天然アロマ香水)	ウッドバーニング	お花の壁かざり	モビール作り					
	午後	フェルトのプローチ	カラフルティッシュケース	革のリングネックレス	アルバイトタイム	漢字講座	★手芸教室					
スタジオ	午前	ひばり体操		ズンドコ体操	青竹体操	ループエクササイズ						
	午後	ザキザキ体操		タオル体操		よし!いくぞう体操						
温水プール	午前	※コロナウイルス感染症予防のため、プールでの集団体操は見合わせとさせていただきます。										
午後	※コロナウイルス感染症予防のため、プールでの集団体操は見合わせとさせていただきます。											
緑の食卓		♡	びかびか眼鏡	★囲碁	交通安全ドリル(歩行者編)	♡	びかびか眼鏡					
百合Caf'e		しいたけ入りハンバーグ	鯖のカレー焼き	鶏ときのこのバター醤油炒め	揚げドーナツ	タラのオニオン マヨネーズ焼き	カレー風味ツナじゃが					
サロン ド フルール		🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰			★◇リンデン美容室	🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰						
		14	15	16	17	18	19		20			
カルチャールーム	午前	アロマボディソープ	紙コップ小物入れ	フェルトであまびえちゃん	バルメル(状差し)作り	★◇染色教室	★クラフトアート					
	午後	★茶道教室	うさぎの吊るし飾り	みんなで作ろう! ヨーヨーキルト	地理学研究会	書の道	お楽しみカルチャー					
スタジオ	午前	チェアヨガ		ひばり体操		あべこべ体操						
	午後	タオル体操		水戸黄門体操		ボール体操						
温水プール	午前	※コロナウイルス感染症予防のため、プールでの集団体操は見合わせとさせていただきます。										
午後	※コロナウイルス感染症予防のため、プールでの集団体操は見合わせとさせていただきます。											
緑の食卓		びかびか眼鏡	交通安全ドリル(運転手編)	スクラッチアート	びかびか眼鏡	♡						
百合Caf'e		鮭のムニエル ~ガーリックソース~	鶏の唐揚げ甘辛仕立て	えびの水餃子	揚げだし豆腐のきのこあんかけ	ポークソテー ~ケチャップソース~	豚肉のピザ風					
サロン ド フルール		★◇リンデン美容室	🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰			★◇リンデン美容室	🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰					
		21	22	23	24	25	26		27			
カルチャールーム	午前	ピースのプレスレット	ハワイアン小物入れ	本気の塗り絵!!	お花のキラキラライト	英字新聞でごみ箱作り	みんなで作ろう! ヨーヨーキルト					
	午後	折り紙で作ろう!アマビエ	ミニ刺しゅうポーチ	ディップアート "四つ葉のクローバー"	お楽しみカルチャー	★パステル画	★手芸教室					
スタジオ	午前	よし!いくぞう体操		チェアヨガ	青竹体操	ひばり体操						
	午後	ループエクササイズ		あべこべ体操		水戸黄門体操						
温水プール	午前	※コロナウイルス感染症予防のため、プールでの集団体操は見合わせとさせていただきます。										
午後	※コロナウイルス感染症予防のため、プールでの集団体操は見合わせとさせていただきます。											
緑の食卓		♡	ペン字美文字講座	♡		脳活倶楽部	♡					
百合Caf'e		フルーツサラダ	さわらの竜田揚げ	豚肉とキャバツのピリ辛だれ	鶏の味噌焼き	カシキと揚げ茄子のピリ辛煮	じゃが芋とベーコンの ハニーマスタード和え					
サロン ド フルール		🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰			★◇リンデン美容室	🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰						
		28	29	30								
カルチャールーム	午前	電球ボトルランプ	アルバイトタイム	かぼちゃのお菓子バッグ	<b>・都合により予定が変更になる場合もございます。</b>  <b>・レッドコードは随時開催しております。</b> <b>・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。</b> ♡:体操(体操以外のものは表記されています) ★:講師・ボランティア ◇:事前予約  							
	午後	香水手作りUVレジソ	ガラスリッツェン	アイロンピース								
スタジオ	午前	ボール体操		ザキザキ体操								
	午後	ズンドコ体操		ヤングマン体操								
温水プール	午前	※プールでの集団体操は見合わせとさせていただきます。										
午後												
緑の食卓		♡		びかびか眼鏡								
百合Caf'e		豚肉のマスタードフライ	エリンギ入り麻婆豆腐	チーズたっぷりきのこトースト								
サロン ド フルール		★◇ピース(理美容)	🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰🐰									