

コミュニティガーデン さくら プログラム予定表



2024 4月

		月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜
		1	2	3	4	5	6	7
カルチャー	午前	八角の小物入れ	ペーパータペストリー	フェルトの小物入れ	牛乳パックの布で小箱	ストラップ	ペットボトルの蓋で花壇	
		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	つまみ細工で青い鳥	布で作るチュールリップ	小さなお人形 (おぼあちゃん)	トイレットペーパーの芯で 犬	パッチワークで ランチョンマット	布で作るチュールリップ	
		ビンゴゲーム	グラグラゲーム	〇×ゲーム・将棋	ピンポンでビンゴ	トランプ・オセロ	棒倒し	
トレーニング	午前	恋のバカンス体操		全身筋トレ体操		タオル体操		
	午後	ダンベル体操		ズンドコ体操		セラバンド体操		
		8	9	10	11	12	13	14
カルチャー	午前	ペーパータペストリー	牛乳パックの布で小箱	布で作るチュールリップ	フェルトの小物入れ	布で作るチュールリップ	ストラップ	
		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	アメリカンフラワー	八角の小物入れ	つまみ細工で青い鳥	トイレットペーパーの芯で 犬	パッチワークで ランチョンマット	リボンでコサージュ	
		牛乳パックでタワー	ビンゴゲーム	グラグラゲーム	牛乳パックでタワー	ピンポンでビンゴ	トランプ・オセロ	
トレーニング	午前	インナーマッスルトレーニング		水戸黄門体操		のびのびストレッチ		
	午後	歩行訓練		手先足先体操		ミニボール体操		
		15	16	17	18	19	20	21
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	
		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	トイレットペーパーの芯で 犬	ペン習字	八角の小物入れ	アメリカンフラワー	パッチワークで ランチョンマット	猫のクリップ	
		〇×ゲーム・将棋	棒倒し	ビンゴゲーム	スゴロク	牛乳パックでタワー	ピンポンでビンゴ	
トレーニング	午前	東京ブギウギ体操		輪っか体操		わくわくリズム体操		
	午後	下肢筋力UP体操		スポーツ体操		転倒予防体操		
		22	23	24	25	26	27	28
カルチャー	午前	牛乳パックの布で小箱	ストラップ	ペーパータペストリー	ペットボトルの蓋で花壇	つまみ細工で青い鳥	フェルトの小物入れ	
		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	トイレットペーパーの芯で 犬	リボンでコサージュ	ペン習字	お花のストラップ	パッチワークで ランチョンマット	猫のクリップ	
		グラグラゲーム	〇×ゲーム・将棋	棒倒し	トランプ・オセロ	スゴロク	牛乳パックでタワー	
トレーニング	午前	セラバンド体操		恋のバカンス体操		インナーマッスルトレーニング		
	午後	水戸黄門体操		タオル体操		輪っか体操		
		29	30					
カルチャー	午前	紙コップで籠	ペットボトルの蓋で花壇					
		カラオケ体操	カラオケ体操					
	午後	リボンでコサージュ	お花のストラップ					
		トランプ・オセロ	グラグラゲーム					
トレーニング	午前	お手玉体操						
	午後	ボール体操						
カルチャー	午前							
	午後							
トレーニング	午前	<p style="text-align: center;">お願い</p> <p style="text-align: center;">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							