

コミュニティガーデン さくら プログラム予定表



2025



		月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜
				1	2	3	4	
カルチャー	午前	🎍🎍🎍🎍🎍🎍🎍🎍		元日の為 お休み	習字で掛け軸	習字で掛け軸	パッチワークで 手提げバック (長期)	
	午後				カラオケ体操	カラオケ体操	カラオケ体操	
トレーニング	午前				はぎれ布でリース (中期)	アメリカンフラワー	習字で掛け軸	
	午後				スゴロク	坊主めくり	ビンゴゲーム	
		6	7	8	9	10	11	
カルチャー	午前	モールで花束	クッキーのパッチ	季節もの	折り紙でコースター	紙粘土で〇〇	パッチワークで 手提げバック (長期)	
	午後	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	
トレーニング	午前	吊るし飾り	フェルトでお花一輪	アメリカンフラワー	はぎれ布でリース (中期)	スクラッチアート	季節もの	
	午後	布でコサージュ	ジェンガ	ビンゴゲーム	トランプ	牛乳パックでタワー	棒倒し	
		輪っか体操		肩周り体操		スポーツ体操		
		全身筋トレ体操		ハンカチ体操		水戸黄門体操		
		13	14	15	16	17	18	19
カルチャー	午前	紙粘土で〇〇	モールで花束	トイレットペーパーの 芯で花瓶	吊るし飾り	季節もの	パッチワークで 手提げバック (長期)	
	午後	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	
トレーニング	午前	恋のパカンス体操	ダンベル体操		のびのびストレッチ			
	午後	指先体操	インナーマッスルトレーニング		タオル体操			
		20	21	22	23	24	25	26
カルチャー	午前	紙粘土で籠	折り紙でコースター	モールで花束	クッキーのパッチ	トイレットペーパーの 芯で花瓶	パッチワークで 手提げバック (長期)	
	午後	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	
トレーニング	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	
	午後	坊主めくり	トランプ	牛乳パックでタワー	棒倒し	スゴロク	ビンゴゲーム	
		365歩のマーチ体操		お手玉体操		セラバンド体操		
		スポーツ体操		真っ赤な太陽体操		歩行訓練		
		27	28	29	30	31		
カルチャー	午前	折り紙でコースター	吊るし飾り	紙粘土で〇〇	ペットボトルの 蓋で花壇	布でコサージュ		
	午後	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		
トレーニング	午前	ペットボトルの 蓋で花壇	アメリカンフラワー	フェルトでお花一輪	ペットボトルの 蓋で花壇	紙コップで籠		
	午後	ジェンガ	坊主めくり	トランプ	牛乳パックでタワー	棒倒し		
		肩周り体操		のびのびストレッチ		指先体操		
		下肢筋力UP体操		恋のパカンス体操		ズンドコ体操		



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

