

# 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	
		13	14	15	16	17	18	
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	
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	365歩のマーチ体操	お手玉体操	セラバンド体操				
	午後	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

