*	ノロクラ	カムか変更になる場合めりま	はり。 お知	」りせをこ確認	忍してくたさい
	2.000.11	0 + 1/20 C 14 14 HT - 1/2 1/2 - 270	man i	a granded to	

	1週目	1 月曜日	2 火曜日	3 水曜日	4 木曜日	5 金曜日	6 土曜日	7 日曜日	
	週間イベント	, ,,,,,,,	7,120	3,422	ĞŴ		2	休館日	
	外出 / 料理		10:30 料理		2000		14:00 買い物	5月5日はみなさまの	
	9:30/10:00	TRX①/TRX②	TRX①/TRX②	TRX①/TRX②	TRX①/TRX②	TRX①/TRX②	TRX①/TRX②	無病息災を願って・・	
	·			水治運動療法				【菖蒲(ショウブ)の湯】	
午前	10:30~11:30	水治運動療法	水治運動療法		水治運動療法	水治運動療法	水治運動療法		
	11:00~11:30	リハビリ体操	健康体操	リハビリ体操	健康体操	リハビリ体操	健康体操	になります。	
	10:00~11:30	*シアター/お茶教室	お茶教室	工作	*シアター	お茶教室	園 芸		
	13:00~13:15	TRX®	TRX3	TRX3	TRX3	TRX3	TRX3		
午後	13:30~14:30	水治運動療法	水治運動療法	水治運動療法	水治運動療法	水治運動療法	水治運動療法		
IS.	14:30~15:00	健康体操	リハビリ体操	健康体操	リハビリ体操	健康体操	腰痛体操		
	13:30~15:00	生け花教室	ハンドマッサージ	陶芸	生け花教室	ハンドマッサージ	工作		
	2週目	8 月曜日	9 火曜日	10 水曜日	11 木曜日	12 金曜日	13 土曜日	14 日曜日	
	週間イベント			体力測定 /	INBODY測定			休館日	
5	外出 / 料理	14:00 買い物		10:30 料理	14:00 買い物		10:30 料理		
	9:30/10:00	TRX1/TRX2	TRX①/TRX②	TRX①/TRX②	TRX①/TRX②	TRX①/TRX②	TRX①/TRX②	母の日・・	
午	10:30~11:30	水治運動療法	水治運動療法	水治運動療法	水治運動療法	水治運動療法	水治運動療法	お母さんありがとう	
前	11:00~11:30	リハビリ体操	健康体操	リハビリ体操	健康体操	リハビリ体操	健康体操		
	10:00~11:30	園芸	*シアター	陶芸	お茶教室	*シアター	お茶教室		
	13:00~13:15	TRX3	TRX3	TRX3	TRX3	TRX3	TRX3	13	
午	13:30~14:30	水治運動療法	水治運動療法	水治運動療法	水治運動療法	水治運動療法	水治運動療法		
後	14:30~15:00	健康体操	リハビリ体操	健康体操	リハビリ体操	健康体操	腰痛体操		
	13:30~15:00	工作	生け花教室	ハンドマッサージ	園芸	生け花教室	ハンドマッサージ		
	3週目	15 月曜日	16 火曜日	17 水曜日	18 木曜日	19 金曜日	20 土曜日	21 日曜日	
	週間イベント		まめでとう!	5月生まれの方にバー	スデーカードとケーキ			休館日	
5	外出 / 料理	10:30 料理	14:00 買い物		10:30 料理	14:00 買い物			
	9:30/10:00	TRX①/TRX②	TRX①/TRX②	TRX①/TRX②	TRX①/TRX②	TRX①/TRX②	TRX①/TRX②		
午	10:30~11:30	水治運動療法	水治運動療法	水治運動療法	水治運動療法	水治運動療法	水治運動療法	P	
前	11:00~11:30	リハビリ体操	健康体操	リハビリ体操	健康体操	リハビリ体操	健康体操	211	
	10:00~11:30	陶芸	お茶教室	*シアター	お茶教室	工作	*シアター	END	
	13:00~13:15	TRX3	TRX3	TRX3	TRX3	TRX3	TRX3	121	
午	13:30~14:30	水治運動療法	水治運動療法	水治運動療法	水治運動療法	水治運動療法	水治運動療法	=	
後	14:30~15:00	健康体操	リハビリ体操	健康体操	リハビリ体操	健康体操	腰痛体操		
	13:30~15:00	ハンドマッサージ	園芸	生け花教室	ハンドマッサージ	陶芸	生け花教室		
	4週目	22 月曜日	23 火曜日	24 水曜日	25 木曜日	26 金曜日	27 土曜日	28 日曜日	
	週間イベント							休館日	
5	外出 / 料理								
	9:30/10:00		10:30 料理	14:00 買い物		10:30 料理	14:00 買い物	PINAGE	
7		TRX①/TRX②	10:30 料理 TRX①/TRX②	14:00 買い物 TRX①/TRX②	TRX①/TRX②	10:30 料理 TRX①/TRX②	14:00 買い物 TRX①/TRX②	PNAGO	
午	10:30~11:30	TRX①/TRX② 水治運動療法			TRX①/TRX② 水治運動療法			# · · ·	
前			TRX1/TRX2	TRX①/TRX②		TRX①/TRX②	TRX①/TRX②		
	10:30~11:30 11:00~11:30	水治運動療法	TRX①/TRX② 水治運動療法 健康体操	TRX①/TRX② 水治運動療法 リハビリ体操	水治運動療法健康体操	TRX①/TRX② 水治運動療法	TRX①/TRX② 水治運動療法		
	10:30~11:30 11:00~11:30 10:00~11:30	水治運動療法 リハビリ体操 *シアター	TRX①/TRX② 水治運動療法 健康体操 工作	TRX①/TRX② 水治運動療法 リハビリ体操 お茶教室	水治運動療法 健康体操 *シアター	TRX①/TRX② 水治運動療法 リハビリ体操 お茶教室	TRX①/TRX②		
前	10:30~11:30 11:00~11:30 10:00~11:30 13:00~13:15	水治運動療法 リハビリ体操 *シアター TRX③	TRX①/TRX②	TRX①/TRX② 水治運動療法 リハビリ体操 お茶教室 TRX③	水治運動療法 健康体操 *シアター TRX③	TRX①/TRX② 水治運動療法 リハビリ体操 お茶教室 TRX③	TRX①/TRX②		
	10:30~11:30 11:00~11:30 10:00~11:30 13:00~13:15 13:30~14:30	水治運動療法 リハビリ体操 *シアター TRX③ 水治運動療法	TRX①/TRX② 水治運動療法 健康体操 工作 TRX③ 水治運動療法	TRX①/TRX② 水治運動療法 リハビリ体操 お茶教室 TRX③ 水治運動療法	水治運動療法 健康体操 *シアター TRX③ 水治運動療法	TRX①/TRX② 水治運動療法 リハビリ体操 お茶教室 TRX③ 水治運動療法	TRX①/TRX② 水治運動療法 健康体操 園芸 TRX③ 水治運動療法		
前 	10:30~11:30 11:00~11:30 10:00~11:30 13:00~13:15 13:30~14:30 14:30~15:00	水治運動療法 リハビリ体操 *シアター TRX③ 水治運動療法 健康体操	TRX①/TRX② 水治運動療法 健康体操 エ作 TRX③ 水治運動療法	TRX①/TRX② 水治運動療法 リハビリ体操 お茶教室 TRX③ 水治運動療法 健康体操	水治運動療法 健康体操 *シアター TRX③ 水治運動療法 リハビリ体操	TRX①/TRX② 水治運動療法 リハビリ体操 お茶教室 TRX③ 水治運動療法 健康体操	TRX①/TRX②		
前 	10:30~11:30 11:00~11:30 10:00~11:30 13:00~13:15 13:30~14:30 14:30~15:00	水治運動療法 リハビリ体操 *シアター TRX③ 水治運動療法 健康体操 生け花教室	TRX①/TRX② 水治運動療法 健康体操 工作 TRX③ 水治運動療法 リハビリ体操 ハンドマッサージ	TRX①/TRX② 水治運動療法 リハビリ体操 お茶教室 TRX③ 水治運動療法 健康体操 周 芸	水治運動療法 健康体操 *シアター TRX③ 水治運動療法	TRX①/TRX② 水治運動療法 リハビリ体操 お茶教室 TRX③ 水治運動療法	TRX①/TRX② 水治運動療法 健康体操 園芸 TRX③ 水治運動療法		
午後	10:30~11:30 11:00~11:30 10:00~11:30 13:00~13:15 13:30~14:30 14:30~15:00 13:30~15:00	水治運動療法 リハビリ体操 *シアター TRX③ 水治運動療法 健康体操	TRX①/TRX② 水治運動療法 健康体操 エ作 TRX③ 水治運動療法	TRX①/TRX② 水治運動療法 リハビリ体操 お茶教室 TRX③ 水治運動療法 健康体操	水治運動療法 健康体操 *シアター TRX③ 水治運動療法 リハビリ体操	TRX①/TRX② 水治運動療法 リハビリ体操 お茶教室 TRX③ 水治運動療法 健康体操	TRX①/TRX②		
午後	10:30~11:30 11:00~11:30 10:00~11:30 13:00~13:15 13:30~14:30 14:30~15:00 13:30~15:00	水治運動療法 リハビリ体操 *シアター TRX③ 水治運動療法 健康体操 生け花教室 29 月曜日	TRX①/TRX② 水治運動療法 健康体操 工作 TRX③ 水治運動療法 リハビリ体操 ハンドマッサージ 30 火曜日	TRX①/TRX② 水治運動療法 リハビリ体操 お茶教室 TRX③ 水治運動療法 健康体操 周 芸	水治運動療法 健康体操 *シアター TRX③ 水治運動療法 リハビリ体操 生け花教室	TRX①/TRX② 水治運動療法 リハビリ体操 お茶教室 TRX③ 水治運動療法 健康体操 ハンドマッサージ	TRX①/TRX②		
午後	10:30~11:30 11:00~11:30 10:00~11:30 13:00~13:15 13:30~14:30 14:30~15:00 13:30~15:00 5週目 週間イベント 外出 / 料理	水治運動療法 リハビリ体操 *シアター TRX③ 水治運動療法 健康体操 生け花教室 29 月曜日 14:00 買い物	TRX①/TRX② 水治運動療法 健康体操 工作 TRX③ 水治運動療法 リハビリ体操 ハンドマッサージ 30 火曜日	TRX①/TRX② 水治運動療法 リハビリ体操 お茶教室 TRX③ 水治運動療法 健康体操 陶芸 31 水曜日	水治運動療法 健康体操 *シアター TRX③ 水治運動療法 リハビリ体操 生け花教室	TRX①/TRX② 水治運動療法 リハビリ体操 お茶教室 TRX③ 水治運動療法 健康体操 ハンドマッサージ	TRX①/TRX② 水治運動療法 健康体操 園芸 TRX③ 水治運動療法 腰痛体操 工作	かってみましょう!	
午後	10:30~11:30 11:00~11:30 10:00~11:30 13:00~13:15 13:30~14:30 14:30~15:00 13:30~15:00 5週目 週間イベント 外出 / 料理 9:30/10:00	水治運動療法 リハビリ体操 *シアター TRX③ 水治運動療法 健康体操 生け花教室 29 月曜日 14:00 買い物 TRX①/TRX②	TRX①/TRX② 水治運動療法 健康体操 工作 TRX③ 水治運動療法 リハビリ体操 ハンドマッサージ 30 火曜日 10:30 料理 TRX①/TRX②	TRX①/TRX②	水治運動療法 健康体操 *シアター TRX③ 水治運動療法 リハビリ体操 生け花教室 〇 絵葉書 〇 絵葉書	TRX①/TRX② 水治運動療法 リハビリ体操 お茶教室 TRX③ 水治運動療法 健康体操 ハンドマッサージ (部 ~ 好きなことで	TRX①/TRX②	かってみましょう!	
午後 午	10:30~11:30 11:00~11:30 10:00~11:30 13:00~13:15 13:30~14:30 14:30~15:00 13:30~15:00 5週目 週間イベント 外出 / 料理	水治運動療法 リハビリ体操 *シアター TRX③ 水治運動療法 健康体操 生け花教室 29 月曜日 14:00 買い物	TRX①/TRX② 水治運動療法 健康体操 工作 TRX③ 水治運動療法 リハビリ体操 ハンドマッサージ 30 火曜日	TRX①/TRX② 水治運動療法 リハビリ体操 お茶教室 TRX③ 水治運動療法 健康体操 陶芸 31 水曜日	水治運動療法 健康体操 *シアター TRX③ 水治運動療法 リハビリ体操 生け花教室 〇 絵葉書 〇 絵葉書	TRX①/TRX② 水治運動療法 リハビリ体操 お茶教室 TRX③ 水治運動療法 健康体操 ハンドマッサージ	TRX①/TRX②	かってみましょう!	
前午後	10:30~11:30 11:00~11:30 10:00~11:30 13:00~13:15 13:30~14:30 14:30~15:00 13:30~15:00 5週目 週間イベント 外出 / 料理 9:30/10:00	水治運動療法 リハビリ体操 *シアター TRX③ 水治運動療法 健康体操 生け花教室 29 月曜日 14:00 買い物 TRX①/TRX②	TRX①/TRX② 水治運動療法 健康体操 工作 TRX③ 水治運動療法 リハビリ体操 ハンドマッサージ 30 火曜日 10:30 料理 TRX①/TRX②	TRX①/TRX②	水治運動療法 健康体操 *シアター TRX③ 水治運動療法 リハビリ体操 生け花教室 ○ 自由俱楽 ○ 総業書 ○ 総 ○ 囲 碁 ○ 将	TRX①/TRX② 水治運動療法 リハビリ体操 お茶教室 TRX③ 水治運動療法 健康体操 ハンドマッサージ (部 ~ 好きなことで	TRX①/TRX② 水治運動療法 健康体操 園芸 TRX③ 水治運動療法 腰痛体操 工作 が趣味を自分の時間でな が (の紙) の編み物) つき なことを自由にやって	やってみましょう! ミノ作り こみましょう。	
午後 午	10:30~11:30 11:00~11:30 10:00~11:30 13:00~13:15 13:30~14:30 14:30~15:00 13:30~15:00 5週目 週間イベント 外出 / 料理 9:30/10:00 10:30~11:30	水治運動療法 リハビリ体操 *シアター TRX③ 水治運動療法 健康体操 生け花教室 29 月曜日 14:00 買い物 TRX①/TRX② 水治運動療法	TRX①/TRX② 水治運動療法 健康体操 工作 TRX③ 水治運動療法 リハビリ体操 ハンドマッサージ 30 火曜日 10:30 料理 TRX①/TRX② 水治運動療法	TRX①/TRX② 水治運動療法 リハビリ体操 お茶教室 TRX③ 水治運動療法 健康体操 陶芸 31 水曜日 TRX①/TRX② 水治運動療法	水治運動療法 健康体操 *シアター TRX③ 水治運動療法 リハビリ体操 生け花教室 ~ 自由倶楽 〇絵葉書 〇絵 〇囲 碁 〇将 1 Fデイサービ	TRX①/TRX② 水治運動療法 リハビリ体操 お茶教室 TRX③ 水治運動療法 健康体操 ハンドマッサージ (部 ~ 好きなこと) は 画 〇習 字 〇折 引 棋など 自分の好き	TRX①/TRX②	ゆってみましょう! ミノ作り こみましょう。 ヨ分のペースで	
午後 午	10:30~11:30 11:00~11:30 10:00~11:30 13:00~13:15 13:30~14:30 14:30~15:00 13:30~15:00 5週目 週間イベント 外出 / 料理 9:30/10:00 10:30~11:30	水治運動療法 リハビリ体操 *シアター TRX③ 水治運動療法 健康体操 生け花教室 29 月曜日 14:00 買い物 TRX①/TRX② 水治運動療法 リハビリ体操	TRX①/TRX② 水治運動療法 健康体操 工作 TRX③ 水治運動療法 リハビリ体操 ハンドマッサージ 30 火曜日 10:30 料理 TRX①/TRX② 水治運動療法 健康体操	TRX①/TRX② 水治運動療法 リハビリ体操 お茶教室 TRX③ 水治運動療法 健康体操 周 芸 31 水曜日 TRX①/TRX② 水治運動療法	水治運動療法 健康体操 *シアター TRX③ 水治運動療法 リハビリ体操 生け花教室 ○給業書 ○給業書 ○問 1 F デイサービ 行ってください	TRX①/TRX② 水治運動療法 リハビリ体操 お茶教室 TRX③ 水治運動療法 健康体操 ハンドマッサージ (部 ~ 好きなことで は 画 〇習 字 〇折 損など 自分の好き	TRX①/TRX②	ゆってみましょう! ミノ作り こみましょう。 ヨ分のペースで	
午後	10:30~11:30 11:00~11:30 10:00~11:30 13:00~13:15 13:30~14:30 14:30~15:00 13:30~15:00 5週目 週間イベント 外出 / 料理 9:30/10:00 10:30~11:30 11:00~11:30	水治運動療法 リハビリ体操 *シアター TRX③ 水治運動療法 健康体操 生け花教室 29 月曜日 14:00 買い物 TRX①/TRX② 水治運動療法 リハビリ体操 お茶教室	TRX①/TRX② 水治運動療法 健康体操 工作 TRX③ 水治運動療法 リハビリ体操 ハンドマッサージ 30 火曜日 10:30 料理 TRX①/TRX② 水治運動療法 健康体操 *シアター	TRX①/TRX② 水治運動療法 リハビリ体操 お茶教室 TRX③ 水治運動療法 健康体操 陶 芸 31 水曜日 TRX①/TRX② 水治運動療法 リハビリ体操 陶 芸	水治運動療法 健康体操 *シアター TRX③ 水治運動療法 リハビリ体操 生け花教室 ○給業書 ○給業書 ○問 1 F デイサービ 行ってください	TRX①/TRX② 水治運動療法 リハビリ体操 お茶教室 TRX③ 水治運動療法 健康体操 ハンドマッサージ	TRX①/TRX②	ゆってみましょう! ミノ作り こみましょう。 ヨ分のペースで	
年後	10:30~11:30 11:00~11:30 10:00~11:30 13:00~13:15 13:30~14:30 14:30~15:00 13:30~15:00 5週目 週間イベント 外出 / 料理 9:30/10:00 10:30~11:30 11:00~11:30 10:00~11:30	水治運動療法 リハビリ体操 *シアター TRX③ 水治運動療法 健康体操 生け花教室 29 月曜日 14:00 買い物 TRX①/TRX② 水治運動療法 リハビリ体操 お茶教室 TRX③	TRX①/TRX② 水治運動療法 健康体操 工作 TRX③ 水治運動療法 リハビリ体操 ハンドマッサージ 30 火曜日 1030 料理 TRX①/TRX② 水治運動療法 健康体操 *シアター TRX③	TRX①/TRX② 水治運動療法 リハビリ体操 お茶教室 TRX③ 水治運動療法 健康体操 陶 芸 31 水曜日 TRX①/TRX② 水治運動療法 リハビリ体操 陶 芸 TRX③	水治運動療法 健康体操 *シアター TRX③ 水治運動療法 リハビリ体操 生け花教室 ○ 総葉書 ○ 総 ○ 四 碁 ○ 将 1 F デイサービ 行ってください ますので、スタ	TRX①/TRX② 水治運動療法 リハビリ体操 お茶教室 TRX③ 水治運動療法 健康体操 ハンドマッサージ	TRX①/TRX②	かってみましょう! ミノ作り こみましょう。 ヨ分のペースで マラリーに飾り	
前 午後 午前	10:30~11:30 11:00~11:30 10:00~11:30 13:00~13:15 13:30~14:30 14:30~15:00 13:30~15:00 5週目 週間イベント 料理 9:30/10:00 10:30~11:30 11:00~11:30 13:00~13:15 13:30~14:30	水治運動療法 リハビリ体操 *シアター TRX③ 水治運動療法 健康体操 生け花教室 29 月曜日 14:00 買い物 TRX①/TRX② 水治運動療法 リハビリ体操 お茶教室 TRX③ 水治運動療法 水治運動療法	TRX①/TRX② 水治運動療法 健康体操 工作 TRX③ 水治運動療法 リハビリ体操 ハンドマッサージ 30 火曜日 10:30 料理 TRX①/TRX② 水治運動療法 健康体操 *シアター TRX③ 水治運動療法	TRX①/TRX② 水治運動療法 リハビリ体操 お茶教室 TRX③ 水治運動療法 健康体操 陶芸 31 水曜日 TRX①/TRX② 水治運動療法 リハビリ体操 陶芸 TRX③ 水治運動療法	水治運動療法 健康体操 *シアター TRX③ 水治運動療法 リハビリ体操 生け花教室 ○ 総葉書 ○ 総 ○ 四 碁 ○ 将 1 F デイサービ 行ってください ますので、スタ	TRX①/TRX② 水治運動療法 リハビリ体操 お茶教室 TRX③ 水治運動療法 健康体操 ハンドマッサージ	TRX①/TRX②	かってみましょう! ミノ作り こみましょう。 ヨ分のペースで マラリーに飾り	



- ●カラオケは毎日13:30~15:00でご利用になれます。ゆずり合って順番に楽しんでください。●シアター:上映内容はポスターを確認してください(上映時間:10:00~11:30)●娯楽ルーム・マッサージルームを利用されるときは、お近くにスタッフに声をお掛けください。

- ●毎月第2週は、体力測定/INBODY測定になります(利用者のみなさま全員です。)

