



プログラム予定表

	月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5	6	7
10:00～ 11:30	ウォーミング アップ M	調理	畑作業		畑作業		
13:30～ 15:00	テーマ M	井上さん グループ	テーマ M	カラオケ 	テーマ M	テーマ M	テーマ M
	8	9	10	11	12	13	14
10:00～ 11:30	軽体操 	自由創作	畑作業	作文	畑作業	ぬじゅみ セミナー 	
13:30～ 15:00	テーマ M	テーマ M	テーマ M	アパリ CI Zoom	テーマ M		テーマ M
	15	16	17	18	19	20	21
10:00～ 11:30	ウォーミング アップ M	調理	テーマ M		畑作業		
13:30～ 15:00	テーマ M	テーマ M	アートクレイ シルバー	水澤さん 講義	テーマ M	テーマ M	テーマ M
	22	23	24	25	26	27	28
10:00～ 11:30	ウォーミング アップ M	アート	畑作業		畑作業		
13:30～ 15:00	豆の木ネット OSM	テーマ M	テーマ M	音楽療法 	テーマ M	テーマ M	テーマ M
	29	30					
10:00～ 11:30	ウォーミング アップ M	テーマ M					
13:30～ 15:00	テーマ M	おすすめ DVD					



※プログラムは、変更される事があります。