

	月	火	水	木	金	土	日
10:00～ 11:30 13:30～ 15:00	<div>プログラム予定表</div> 						1
							調理 買い物
							テーマ M
	2	3	4	5	6	7	8
10:00～ 11:30	ウォーミング アップ M 夕食: カルム	ひまわり	畑作業	Indah 通信作文	畑作業	テーマ M	
13:30～ 15:00	テーマ M	井上さん グループ	テーマ M	テーマ M	テーマ M	テーマ M	テーマ M
	9	10	11	12	13	14	15
10:00～ 11:30	ウォーミング アップ M	自由創作	畑作業		畑作業	テーマ M	
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	テーマ M
	16	17	18	19	20	21	22
10:00～ 11:30	ウォーミング アップ M	調理	テーマ M		AA 多摩女性	テーマ M	
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	OSM 	テーマ M	テーマ M
	23	24	25	26	27	28	29
10:00～ 11:30	軽体操 	アート	畑作業	テーマ M	畑作業	テーマ M	
13:30～ 15:00	豆の木 オンラ 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
	30	31	<div>*お花見は、開花状況に応じて行います。 昨年:3/27、一昨年:3/26 でした。</div> <div>※プログラムは、変更される事があります。</div>				
10:00～ 11:30	ウォーミング アップ M	調理					
13:30～ 15:00	テーマ M	テーマ M					

