



上島ハーモニータウンデイサービスセンター  
 浜松市中区上島1-8-53  
 TEL 053-476-6582 FAX 053-476-8788  
<http://wellnesssupport.jp/facility/kamijima.php>

\*講師の都合によりプログラムが変更になる場合があります。

日	月	火	水	木	金	土	
休	午前				1 ミュージック	2 集団体操 レク	3 集団体操 レク
	午後				集団体操 レク	クラブ活動	水彩画
	延長				チャレンジ	カレンダー	脳トレプリント
4 休	午前	5 ミュージック	6 集団体操 レク	7 集団体操 レク	8 集団体操 レク	9 ミュージック	10 集団体操 レク
	午後	集団体操 レク	手工芸 (アルバム作り)	カードゲーム	クラブ活動	集団体操 レク	<b>青空 クッキング</b>
	延長	紙玉	カードゲーム	折り紙	ダーツ	カレンダー	紙玉
11 休	午前	12 集団体操 レク	13 ミュージック	14 集団体操 レク	15 集団体操 レク	16 集団体操 レク	17 集団体操 レク
	午後	水彩画	集団体操 レク	クラブ活動	はつらつ	クラブ活動	クラブ活動
	延長	歌いましょう	紙玉	折り紙	ボーリング	脳トレプリント	わなげ
18 休	午前	19 集団体操 レク	20 集団体操 レク	21 集団体操 レク	22 集団体操 レク	23 集団体操 レク	24 ミュージック
	午後	クラブ活動	はつらつ	クラブ活動	クラブ活動	はつらつ	集団体操 レク
	延長	アンバランス	パターゴルフ	折り紙	紙玉	カレンダー	カードゲーム
25 休	午前	26 集団体操 レク	27 集団体操 レク	28 ミュージック	29 集団体操 レク	30 集団体操 レク	
	午後	クラブ活動	クラブ活動	集団体操 レク	カードゲーム	歌いましょう	
	延長	楽器演奏	チャレンジ	紙玉	歌いましょう	風船バレー	
休	午前	<div style="display: flex; align-items: center; justify-content: space-between;"> <div style="text-align: center;"> <p><b>第4回 青空クッキング</b>            外でおやつ作りをします。            *雨天の場合は中止となります。</p> </div> </div>					
	午後						
	延長						

