



# 5月『あいあい食堂』



あいあい体操 <月・水・金>1部9:30~10:30, 2部10:30~11:30

\* 古都式体操・有酸素体操を基本とし、さまざまな体操を取り入れています。予約&参加費不要

あいあい食堂 <月~金>11:30~14:00(土・日祝日はお休み)

午後のプログラム <月・水・金>14:30~15:30 詳細は下記をご覧ください。

☺ 午後のプログラム⇒予約&参加費不要 (祝日はお休み)

	月曜日	水曜日	金曜日
日付		2	4
1週目		『アロマオイルで ハンドマッサージ』  担当 田中 雅海	<b>みどりの日</b> お休みさせていただきます。
日付	7	9	11
2週目	『頭の体操』  みんなでやろう! 担当 赤木 哲郎	『健康麻雀』  どなたでも大歓迎! やって・見て⇒楽しい	『歌を唄って 聴いて』  ♪ 唱歌&懐かしい歌謡曲
日付	14	16	18
3週目	『編み物あいあい』  わいわい...手仕事 ご自身で使って・着て!	『お針箱あいあい』  わいわい...手仕事 自分にプレゼント&寄付!	『大人の塗り絵』  色鉛筆で! 担当 遠藤 津太子
日付	21	23	25
4週目	『クロスワード』  ことばゲーム 豊寿荘 辻宅荘長	『あいあい寄席』  お笑い福祉士 笑っ亭笑昌・小庭亭ぶぶ	『健康麻雀』  どなたでも大歓迎! やって・見て⇒楽しい
日付	28	30	
5週目	『トランプで脳トレ』  トランプゲーム 担当 井戸田 敬子	『聴こえを楽しむ』  耳のお話し 認定補聴器技能者 園原 裕將	