

11月 2021



日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
31	1	2	3	4	5	6
	壁画作成	壁画作成	いきいきリズム体操 (リモート)	脳トレ	書道サークル	棒体操
7	8	9	10	11	12	13
レク お休みです	工作教室	工作教室	風船バレー	絵手紙サークル	NoAエクササイズ (リモート)	口腔体操
14	15	16	17	18	19	20
アミカシネマ	アミカシネマ	AKトレーニング (リモート)	ネイル &メイク	カラオケ	書道サークル	大人の塗り絵
21	22	23	24	25	26	27
《行事》 昭和レトロ	タオル体操	ALSOK あんしんヨガ	童謡を 歌いましょう	ALSOKあんしんヨガ (リモート)	絵手紙サークル	魚釣りゲーム
28	29	30				
来月の 塗り絵カレンダー	カラオケ	昭和クイズ				