

	月	火	水	木	金
	2	3	4	5	6
AM		「芸術」 及部 智子/内田 えい子	頑張る 「エクササイズ」 小山 雅弘		「ものづくり大学」 羽田 舞子
PM		「チャイニーズエクササイズ」 恩田 享位	「わかばBand♪」 折山 もと子		「エクササイズ」 大月 直美
	9	10	11	12	13
AM		「シナプソロジー」 早川 昌宏	「芸術」 内田 えい子/及部 智子		頑張る 「エクササイズ」 小山 雅弘
PM		笑顔を増やす 「メンテナンス・ヨガ」 野堀 あや子	「本山式筋トレ」 本山 輝幸		2024年☆ 「年末企画」
	16	17	18	19	20
AM		「こもれびの音楽時間」 森 園子	2024年☆ 「年末企画」		「音楽」 越智 健二/折山 もと子
PM		「エクササイズ」 小山 雅弘	「わかばBand♪&コーラス」 折山 もと子/宮島 緑		体験しよう！ 「回想法」 菅 寛子
	23	24	25	26	27
AM		2024年☆ 「年末企画」	「ものづくり大学」 羽田 舞子		「芸術」 及部 智子/内田 えい子
PM		「クリスマス音楽会」 武沢 幾子/小山 文代	「本山式筋トレ」 本山 輝幸		笑顔を増やす 「メンテナンス・ヨガ」 野堀 あや子

2024.12

プログラムは急遽変更となる場合がございます。ご了承ください。
今年もありがとうございました。来年もよろしくお願いいたします。