

	月	火	水	木	金
			1	2	3
AM	<p style="text-align: center;">謹賀新年 本年もよろしくお願ひいたします 令和7年1月</p>				
PM					
	6	7	8	9	10
AM		「脳活フィットネス」 根本 みゆき	頑張る 「エクササイズ」 小山 雅弘		「ものづくり専門学校」 大場 恵美子
PM		「チャイニーズエクササイズ」 恩田 享位	「芸術」 内田 えい子/及部 智子		「エクササイズ」 大月 直美
	13	14	15	16	17
AM	成人の日	「芸術」 及部 智子/内田 えい子	「シナプソロジー」 早川 昌宏		「音楽」 越智 健二/折山 もと子
PM		「エクササイズ」 大月 直美	「本山式筋トレ」 本山 輝幸		頑張る 「エクササイズ」 小山 雅弘
	20	21	22	23	24
AM		「シナプソロジー」 早川 昌宏	「ながら脳活」 井上 大輝		「芸術」 及部 智子/内田 えい子
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		「チャイニーズエクササイズ」 恩田 享位
	27	28	29	30	31
AM		浅見さんのハッピー脳トレ 「レッツ脳！」 浅見 大紀	「ものづくり大学」 羽田 舞子		「シナプソロジー」 早川 昌宏
PM		～アナウンス&声の魔法～ 「表情エクサ」 岡本 るみ子	「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

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。