

2024年7月 Sunshine Tsukuba Resort Activity

月曜日 1	火曜日 2	水曜日 3	木曜日 4	金曜日 5	土曜日 6	日曜日 7
11:00~ 健康体操 (シアタールーム) 15:00~ DAM体操 ★1階シアタールーム	11:00~ 健康体操(2階) 14:30~ 脳トレ・塗り絵 ★2階ホール	14:30~ 庭園散歩 ★2階ホール	11:00~ 健康体操 (シアタールーム) 14:30~ 脳トレ・塗り絵 ★2階ホール	11:00~ 健康体操(2階) 14:30~ カラオケ ★シアタールーム	11:00~ 健康体操 (シアタールーム) 午後 歌謡鑑賞or 庭園散歩 ★2階ホール	11:00~ 健康体操 (2階) 午後 歌謡鑑賞 ★2階ホール
8	9	10	11	12	13	14
11:00~ 健康体操 (シアタールーム) 15:00~ DAM体操 ★1階シアタールーム	11:00~ 健康体操(2階) 14:30~ 脳トレ・塗り絵 ★2階ホール	14:30~ 庭園散歩 ★2階ホール	11:00~ 健康体操 (シアタールーム) 14:30~ 脳トレ・塗り絵 ★2階ホール	11:00~ 健康体操(2階) 14:30~ カラオケ ★シアタールーム	11:00~ 健康体操 (シアタールーム) 午後 歌謡鑑賞or 庭園散歩 ★2階ホール	11:00~ 健康体操 (2階) 午後 歌謡鑑賞 ★2階ホール
15	16	17	18	19	20	21
11:00~ 健康体操 (シアタールーム) 15:00~ DAM体操 ★1階シアタールーム	11:00~ 健康体操(2階) 14:30~ 脳トレ・塗り絵 ★2階ホール	14:30~ 庭園散歩 ★2階ホール	11:00~ 健康体操 (シアタールーム) 14:30~ 訪問販売 ★1階レストラン	11:00~ 健康体操(2階) 14:30~ カラオケ ★シアタールーム	11:00~ 健康体操 (シアタールーム) 午後 歌謡鑑賞or 庭園散歩 ★2階ホール	11:00~ 健康体操 (2階) 午後 歌謡鑑賞 ★2階ホール
22	23	24	25	26	27	28
11:00~ 健康体操 (シアタールーム) 15:00~ DAM体操 ★1階シアタールーム	11:00~ 健康体操(2階) 14:30~ 脳トレ・塗り絵 ★2階ホール	14:30~ 庭園散歩 ★2階ホール	11:00~ 健康体操 (シアタールーム) 14:30~ 脳トレ・塗り絵 ★2階ホール	11:30~ 健康体操(2階) 14:30~ ハーモニカによる合 唱 ★2階ホール	11:00~ 健康体操 (シアタールーム) 午後 歌謡鑑賞or 庭園散歩 ★2階ホール	11:00~ 健康体操 (2階) 午後 歌謡鑑賞 ★2階ホール
29	30	31	※有料レクリエーションは月末の請求に含まさせていただきます。 ※レクリエーションの予定等変更がある場合は都度お知らせ致します。 ※午前の健康体操は曜日によって場所が変わりますのでご注意ください。 ※毎週水曜日と土曜日の庭園散歩は14時30分頃に2階ホールにお集まり下さい。人 数によってはお待ち頂く事もあります。雨天時は中止となりますのでご了承ください。 ※訪問販売は毎月第3木曜日を予定していますが、変更がある場合は都度お知らせ致 します。			
11:00~ 健康体操 (シアタールーム) 15:00~ DAM体操 ★1階シアタールーム	11:00~ 健康体操(2階) 14:30~ 脳トレ・塗り絵 ★2階ホール	14:00~ 竹灯籠づくり ★1階テラス (雨天:玄関前)				

