

2025年4月 Sunshine Tsukuba Resort Activity

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
	1	2	3	4	5	6
	11:00～ 健康体操(2階) 14:30～ 脳トレ・塗り絵 ★2階ホール	14:30～ カラオケ ★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	11:00～ 健康体操(2階) 15:00～ DAM体操 ★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	11:00～ 健康体操(2階) 14:30～ テーブルゲーム ★2階ホール
7	8	9	10	11	12	13
11:00～ 健康体操(2階) 15:00～ 中山先生の体操 ★2階ホール ヤクルト14:00～	11:00～ 健康体操(2階) 14:30～ 脳トレ・塗り絵 ★2階ホール	14:00～ フルーツ演奏会 ★1Fレストラン	11:00～ 中山先生の体操(2階) 14:30～シニアヨガ (希望者のみ有料) ★シアタールーム	11:00～ 健康体操(2階) 15:00～ DAM体操 ★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	11:00～ 健康体操(2階) 14:30～ テーブルゲーム ★2階ホール
14	15	16	17	18	19	20
11:00～ 健康体操(2階) 15:00～ 中山先生の体操 ★2階ホール ヤクルト14:00～	11:00～ 健康体操(2階) 14:30～ 脳トレ・塗り絵 ★2階ホール	14:30～ カラオケ ★シアタールーム 14:30～ 訪問販売 ★1階レストラン	11:00～ 中山先生の体操(2階) 14:30～ 脳トレ・塗り絵 ★2階ホール	11:00～ 健康体操(2階) 15:00～ DAM体操 ★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	11:00～ 健康体操(2階) 14:30～ テーブルゲーム ★2階ホール
21	22	23	24	25	26	27
11:00～ 健康体操(2階) 15:00～ 中山先生の体操 ★2階ホール ヤクルト14:00～	11:00～ 健康体操(2階) 14:30～ 脳トレ・塗り絵 ★2階ホール	14:30～ カラオケ ★シアタールーム	11:00～ 中山先生の体操(2階) 14:30～シニアヨガ (希望者のみ有料) ★シアタールーム	11:00～ 健康体操(2階) 15:00～ DAM体操 ★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	11:00～ 健康体操(2階) 14:30～ テーブルゲーム ★2階ホール
28	29	30				
11:00～ 健康体操(2階) 15:00～ 中山先生の体操 ★2階ホール ヤクルト14:00～	11:00～ 健康体操(2階) 14:30～ 脳トレ・塗り絵 ★2階ホール	14:30～ カラオケ ★シアタールーム			※有料レクリエーションは月末の請求に含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。	