

2025年5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
	※有料レクリエーションは月末の請求に 含ませていただきます。 ※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。		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 ヤクルト14:00～	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(2階) 14:30～ テーブルゲーム ★2階ホール
5	6	7	8	9	10	11
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	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～ カラオケ ★シアタールーム	11:00～ 健康体操(2階) 14:30～ テーブルゲーム ★2階ホール
12	13	14	15	16	17	18
11:00～ 健康体操(2階) 14:30～ 脳トレ・塗り絵 ★2階ホール ヤクルト14:00～	11:00～ 健康体操(2階) 15:00～ DAM体操 ★シアタールーム	14:00～ アフタヌーンティー ★1階レストラン	11:00～ 健康体操(2階) 14:30～ 訪問販売 ★1階レストラン	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～ カラオケ ★シアタールーム	11:00～ 健康体操(2階) 14:30～ テーブルゲーム ★2階ホール
19	20	21	22	23	24	25
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) 15:00～ DAM体操 ★シアタールーム	14:00～ アフタヌーンティー ★1階レストラン	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～ カラオケ ★シアタールーム	11:00～ 健康体操(2階) 14:30～ テーブルゲーム ★2階ホール
26	27	28	29	30	31	
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) 15:00～ DAM体操 ★シアタールーム	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～ カラオケ ★シアタールーム	