

# 2026年5月

# Sunshine Tsukuba Resort Activity

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
※有料レクリエーションにつきましては月末の請求に含ませて頂きます。 ※レクリエーションの予定等変更がある場合には都度お知らせいたします。		 <b>端午の節句</b>			1	2
3	4	5	6	7	8	9
11:00～ 健康体操(2F) 14:30～ 散歩・ゲーム・脳トレ ★2Fホール	11:00～ 健康体操(2F) 14:30 カラオケ ★シアタールーム	11:00～ 健康体操(2F) 15:00～ DAM体操 ★シアタールーム	11:00～ 健康体操(2F) 15:00～ 柿沼OTによる体操 ★2Fホール	11:00～ 健康体操(2F) 15:00～ 柿沼OTによる体操 ★2Fホール ヤクルト 13:45～	11:00～ 健康体操(2F) 15:00～ 柿沼OTによる体操 ★2Fホール	11:00～ 健康体操(2F) 14:30～ 訪問販売 ★1Fレストラン
10	11	12	13	14	15	16
11:00～ 健康体操(2F) 14:30～ 散歩・ゲーム・脳トレ ★2Fホール	11:00～ 健康体操(2F) 15:00～ 橋本PTによる体操 ★2Fホール	11:00～ 健康体操(2F) 15:00～ DAM体操 ★シアタールーム	11:00～健康体操(2F) 14:00～ シニアヨガ(有料) ★パーソナルジム 14:30～ ♪アフタヌーンティー♪ ★1Fレストラン	11:00～ 健康体操(2F) 15:00～ 柿沼OTによる体操 ★2Fホール ヤクルト 13:45～	11:00～ 健康体操(2F) 15:00～ 柿沼OTによる体操 ★2Fホール	11:00～ 健康体操(2F) 14:30～ 体を動かすゲーム ★2Fホール
17	18	19	20	21	22	23
11:00～ 健康体操(2F) 14:30～ 散歩・ゲーム・脳トレ ★2Fホール	11:00～ 健康体操(2F) 15:00～ 橋本PTによる体操 ★2Fホール	11:00～ 健康体操(2F) 15:30～ ♪筆アート♪ ★2Fホール(有料)	11:00～ 健康体操(2F) 14:00～ オカリナ演奏会 ★1Fレストラン	11:00～ 健康体操(2F) 15:00～ 柿沼OTによる体操 ★2Fホール ヤクルト 13:45～	11:00～ 健康体操(2F) 15:00～ 柿沼OTによる体操 ★2Fホール	11:00～ 健康体操(2F) 14:30～ 体を動かすゲーム ★2Fホール
24	25	26	27	28	29	30
11:00～ 健康体操(2F) 14:30～ 散歩・ゲーム・脳トレ ★2Fホール	11:00～ 健康体操(2F) 15:00～ 橋本PTによる体操 ★2Fホール	11:00～ 健康体操(2F) 15:00～ DAM体操 ★シアタールーム	11:00～健康体操(2F) 14:00～ シニアヨガ(有料) ★パーソナルジム 13:30～ 🚗 外出ツアー 🚗 先着5名(詳細は後日)	11:00～ 健康体操(2F) 15:00～ 柿沼OTによる体操 ★2Fホール ヤクルト 13:45～	11:00～ 健康体操(2F) 15:00～ 柿沼OTによる体操 ★2Fホール	11:00～ 健康体操(2F) 14:30～ 体を動かすゲーム ★2Fホール
31	 <b>Mother's Day</b> お母さん いつもありがとう				※有料レクリエーションにつきましては月末の請求に含ませて頂きます。 ※レクリエーションの予定等変更がある場合には都度お知らせ致します。	
11:00～ 健康体操(2F) 14:30～ 散歩・ゲーム・脳トレ ★2Fホール						