



月	火	水	木	金	土	日
1	2	3	4	5	6	7
制作 折り紙	ランチ 生姜焼き 250円	自分の時間 ~MY TIME~	楽しく内職体験 ※希望者のみ	ランチ 唐揚げ 250円		
買い出し	Oh!さんぽ 行徳南部公園	筋トレ部	カラオケ	メニュー決め		
8	9	10	11	12	13	14
ランチ 大根煮込み 250円	まったく ストレッチ	ランチ けんちゃんうどん 250円	固める会 100円	ランチ 麻婆豆腐 250円		
紙芝居	先生の そると保健室	いちかわ広報 	茶話会 「彼氏・彼女を選ぶポイント」 「お茶菓子」 	筋トレ部 スタッフ会議 15時開所		
15	16	17	18	19	20	21
干し芋 100円	ランチ 親子丼 250円	楽しく内職体験 ※希望者のみ	公園清掃 	ランチ 小鉢バイキング 250円		
卓球	スポーツ 	講座 プログラム	音楽の時間	ネイルの日 看護師さんの健康チェック		
22	23	24	25	26	27	28
ランチ オムライス 250円	ランチ 煮込み ハンバーグ 250円	制作 お絵描き	楽しく内職体験 ※希望者のみ	ランチ かき揚げ丼 250円		
公園清掃 	いちかわ広報 	Oh!さんぽ 常夜灯公園	女子会 Beautyテイ	スポーツ 		
29	30	<p>そるとランチは当日10時までの予約制になります。 その時間までに来所が難しい方はお電話でも可能です。 また4/30~5/2は健康チェック週間で、月に一回自分の体をチェックして、生活習慣病を予防しよう!</p>				
そるとお休み 昭和の日 	制作 塗り絵 脳トレクイズ大会					