

# 🌸 4月 プログラム予定表 🌸

東京さつきホスピタルDC

	月	火	水	木	金	土
午前	<b>SPRING</b> 	1 D つつじGr 体操/レク K さつきGr ラダーボール	2 D つつじGr 体操/カラオケ K さつきGr 音楽鑑賞(邦楽)	3 D つつじGr 体操/レク K さつきGr K1 パターゴルフ K2 散歩	4 D つつじGr 体操/レク K さつきGr モルック	5 外 お花見散歩
		午後 D1 書道 D2 パターゴルフ K1 エアロビ K2 SST 外 散歩(図書館)	午後 D1 クロスワード D2 ダンベル体操 K1 ゲートボール K3 アートパズル塗り絵	午後 D1 おしゃべりサロン D2 カラダほぐし K1 モルック K2 楽器練習 K3 プラ板アート	午後 D1 大人の塗り絵 D2 卓上ゲーム K1 ヨガ K2 ダーツ	午後 D1 寺子屋 マンダラ塗り絵
午前	7 D つつじGr 体操/レク K さつきGr 音楽鑑賞(クラシック)	8 D つつじGr 体操/レク K さつきGr ポッチャ	9 D つつじGr 体操/レク K さつきGr ラダーボール	10 D つつじGr 体操/カラオケ K さつきGr 創作	11 D つつじGr 体操/レク K さつきGr ラダーボール	12 D 体操/レク 外 散歩(図書館)
	午後 D1 卓上カーリング D2 ペン習字 K1 ボッチャ K2 タオルフィットネス	午後 D1 手芸 D2 DVD体操 K1 ゲートボール K2 楽器練習 DC買い物	午後 D1 頭の体操 D2 パターゴルフ K1 ヨガ K3 マンダラ塗り絵	午後 D1 カードゲーム D2 カーヴィー体操 K1 ミニ琴 K2 ダーツ	午後 D1 創作活動 D2 日本史 K1 太極拳 K2 輪投げ 散歩(図書館)	午後 D1 音楽鑑賞
午前	14 D つつじGr 体操/レク K さつきGr モルック	15 D つつじGr 体操/レク K さつきGr 音楽鑑賞(邦楽)	16 D つつじGr 体操/レク K さつきGr ゲートボウリング	17 D つつじGr 体操/レク K さつきGr カラオケコーラス	18 D つつじGr 体操/レク K さつきGr ゲートボール	19 D 大掃除/レク
	午後 D1 書道 D2 ダーツ K1 DVD体操 K2 パターゴルフ	午後 D1 手芸 D2 太極拳 K1 ボッチャ K2 輪投げ	午後 D1 クロスワード D2 DVD体操 K1 モルック K3 マンダラ塗り絵	午後 D1 卓上ゲーム D2 ダンベル体操 K1 ゲートボール K2 楽器練習 K3 プラ板アート	午後 D1 大人の塗り絵 D2 タオルフィットネス K1 ウクレレ K2 ラダーボール	午後 D1 寺子屋 D2 ゲーム
午前	21 D つつじGr 体操/カラオケ K さつきGr ゲートボール	22 D つつじGr 体操/レク K さつきGr K1 合唱	23 D つつじGr 体操/レク K さつきGr モルック	24 D つつじGr 体操/レク K さつきGr ラダーボール	25 D つつじGr 体操/レク K さつきGr ポッチャ	26 D 体操/レク 外 散歩(図書館)
	午後 D1 卓上ゲーム D2 生活アドバイス K1 カーヴィー体操 K2 卓球レク	午後 D1 書道 D2 DVD体操 K1 モルック K2 SST	午後 D1 頭の体操 D2 太極拳 K1 ボッチャ K3 アートパズル塗り絵	午後 D1 カードゲーム D2 カラダほぐし K1 ラダーボール K2 楽器練習	午後 D1 創作活動 D2 日本史 K1 DVD体操 K2 パターゴルフ	午後 D1 土曜のカラオケ
午前	28 D つつじGr 体操/レク K さつきGr カラオケコーラス	<b>昭和の日</b>	30 D つつじGr 体操/カラオケ K さつきGr ポッチャ	4月は旧暦で「卯月(うづき・うつき)」とも言います。 諸説ありますが、「卯の花(ウツギの花)が咲く月」が省略された呼び名が当てはめられたことが由来と言われています。さまざまな草木が花を咲かせる季節。 		
	午後 D1 書道 D2 太極拳 K1 ボウリング K2 ラダーボール		NEW D1 今月の誕生月会			