



			<b>1</b> (水) ◆口腔ケア 10:00 まちこ先生の ゆうゆう体操 ◆西立川クリニック 14:30 ゆうゆう体操 15:00 ティータイム	<b>2</b> (木) 10:30 サーキット体操 ◆訪問美容リンデン ◆わかさクリニック 15:00 ティータイム	<b>3</b> (金) 10:30 サーキット体操 ◆にしやまクリニック(1・3F) 14:30 プレミアムタイム 15:00 ティータイム	<b>4</b> (土) 10:30 サーキット体操 14:30 ゆうゆう体操 15:00 ティータイム
<b>5</b> (日)  15:00 ティータイム	<b>6</b> (月) 10:30 サーキット体操 ◆訪問歯科 14:30 ゆうゆう体操 15:00 ティータイム	<b>7</b> (火) 10:30 サーキット体操 14:30 ゆうゆう体操 15:00 ティータイム	<b>8</b> (水) ◆口腔ケア 10:00 まちこ先生の ゆうゆう体操 ◆訪問美容リンデン 14:30 ゆうゆう体操 15:00 ティータイム	<b>9</b> (木) 10:30 サーキット体操 15:00 ティータイム	<b>10</b> (金) 10:30 サーキット体操 ◆にしやまクリニック(2・4F) 14:30 プレミアムタイム 15:00 ティータイム	<b>11</b> (土) 10:30 サーキット体操 14:30 ゆうゆう体操 15:00 ティータイム
<b>12</b> (日)  フラダンス 15:00 ティータイム	<b>13</b> (月) 10:30 サーキット体操 ◆訪問歯科 14:30 ゆうゆう体操 15:00 ティータイム	<b>14</b> (火) 10:30 サーキット体操 14:30 ゆうゆう体操 15:00 ティータイム	<b>15</b> (水) ◆口腔ケア 10:00 まちこ先生の ゆうゆう体操 ◆西立川クリニック 14:30 ゆうゆう体操 15:00 ティータイム	<b>16</b> (木) 10:30 サーキット体操 ◆訪問美容リンデン ◆わかさクリニック 15:00 ティータイム	<b>17</b> (金) 10:30 サーキット体操 ◆にしやまクリニック(1・3F) 14:30 プレミアムタイム 15:00 ティータイム	<b>18</b> (土) 10:30 サーキット体操 14:30 ゆうゆう体操 15:00 ティータイム
<b>19</b> (日)  14:00 eスポーツ 15:00 ティータイム	<b>20</b> (月) 10:30 サーキット体操 ◆訪問歯科 14:30 ゆうゆう体操 15:00 ティータイム	<b>21</b> (火) 10:30 サーキット体操 カラオケサークル 14:30 ゆうゆう体操 15:00 ティータイム	<b>22</b> (水) ◆口腔ケア 10:00 まちこ先生の ゆうゆう体操 14:30 ゆうゆう体操 15:00 ティータイム	<b>23</b> (木) ◆訪問美容リンデン 10:30 サーキット体操 書道サークル 15:00 ティータイム	<b>24</b> (金) 10:30 サーキット体操 ◆にしやまクリニック(2・4F) 14:30 プレミアムタイム 15:00 ティータイム	<b>25</b> (土) 10:30 サーキット体操 14:30 ゆうゆう体操 15:00 ティータイム
<b>26</b> (日)  15:00 ティータイム	<b>27</b> (月) 10:30 サーキット体操 ◆訪問歯科 14:30 ゆうゆう体操 15:00 ティータイム	<b>28</b> (火) 10:30 サーキット体操 14:30 ゆうゆう体操 15:00 ティータイム	<b>29</b> (水) 10:00 まちこ先生の ゆうゆう体操 14:30 ゆうゆう体操 15:00 ティータイム	<b>30</b> (木) 10:30 サーキット体操 音楽療法 15:00 ティータイム	いちおしイベント 4/12 (日) フラダンス	