

# 11月 レクリエーションカレンダー

日 月 火 水 木 金 土

					1	2
					DAMクイズ うめぼし体操	DAMカラカ うめぼし体操
3	4	5	6	7	8	9
DAM体操 うめぼし体操	DAMクイズ うめぼし体操	ゲーム うめぼし体操	DAMカラカ うめぼし体操	訪問理美容 うめぼし体操	DAMクイズ うめぼし体操	DAM脳トレ うめぼし体操
10	11	12	13	14	15	16
DAMカラカ うめぼし体操	DAMクイズ うめぼし体操	食ゆ：ゼリー うめぼし体操	DAM脳トレ うめぼし体操	ハピ-座：演芸 うめぼし体操	ピアノ演奏会 うめぼし体操	DAMカラカ うめぼし体操
17	18	19	20	21	22	23
DAM体操 うめぼし体操	DAMクイズ うめぼし体操	DAM脳トレ うめぼし体操	DAM体操 うめぼし体操	DAMクイズ うめぼし体操	DAM脳トレ うめぼし体操	DAMカラカ うめぼし体操
24	25	26	27	28	29	30
DAM体操 うめぼし体操	DAMクイズ うめぼし体操	DAM脳トレ うめぼし体操	DAMクイズ うめぼし体操	DAMカラカ うめぼし体操	離宮：コーラス(14時) うめぼし体操	DAM脳トレ うめぼし体操