



令和 5 年

2023 年 5 月

今月は

転ばないぞ！月間です！



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日	
1	2	3	4	5	6	7	
体重測定	→						
8	9	10	11	12	13	14	
	16	17	18	19	20	21	
15 セラバンド 体操週間	→						
22	23	24 誕生日会	25 誕生日会	26	27	28	
29	30	31 	1	2	3	4	
5	6	セラバンドとは、ゴムの伸縮性を活用し長さ調整することで筋力アップ体操ができるリハビリの道具です。元気体操の時間に使用します！				