



令和 6 年

2024 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	
29	30	1 体重測定	2	3	4	5	
6 体重測定	7	8	9	10	11	12	
13 セラバンド 体操週間	14	15	16	17	18	19	
20	21 	22	23	24 誕生会	25 誕生会	26	
27	28	29	30	31 	1	2	
3	4	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！					