2023 11 月

カレンダーの年　カレンダーの月　日曜日　週の最初の曜日

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
			01 スマイル体操 輪投げ 香り風呂	02 スマイル体操 手を使ったゲーム 香り風呂	03 スマイル体操 頭を使ったゲーム 香り風呂	04 スマイル体操 足を使ったゲーム 香り風呂
	06 スマイル体操 ボールを使ったゲーム	07 スマイル体操 輪投げ	08 スマイル体操 手を使ったゲーム フラワーアレンジ	09 スマイル体操 頭を使ったゲーム	10 スマイル体操 足を使ったゲーム	11 スマイル体操 ボールを使ったゲーム
	13 スマイル体操	14 スマイル体操	15 スマイル体操	16 スマイル体操	17 スマイル体操	18 スマイル体操
	曜　日　対　抗　ゲ　ー　ム					
	20 スマイル体操 足を使ったゲーム	21 スマイル体操 頭を使ったゲーム	22 スマイル体操 足を使ったゲーム 華道クラブ	23 スマイル体操 ボールを使ったゲーム	24 スマイル体操 手を使ったゲーム	25 スマイル体操 輪っかを使ったゲーム
	27 スマイル体操 輪投げ	28 スマイル体操 ふれあい体操	29 スマイル体操 ボールを使ったゲーム クッキングクラブ	30 スマイル体操 足を使ったゲーム		