



曜日	月	火	水	木	金	土
日付				1日	2日	3日
午前				若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ラウンジ <hr/> こげら麻雀会 10:00~11:30 6階小ホール	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	
午後				歌の会 15:00~ コミュニティーホール	スポーツ吹き矢 15:00~ コミュニティーホール	こげら喫茶
日付	5日	6日	7日	8日	9日	10日
午前	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	
午後	脳トレ (個別対応) 5階生活サービス部	座ってもできる ラジオ体操 足踏み体操 14:00~ コミュニティーホール	制作 干支『亥』押し絵 13:30~ 5階生活サービス部	懇話会	スポーツ吹き矢 15:00~ コミュニティーホール	マルシェ
日付	12日	13日	14日	15日	16日	17日
午前	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ラウンジ <hr/> こげら麻雀会 10:00~11:30 6階小ホール	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	
午後	脳トレ (個別対応) 5階生活サービス部	座ってもできる ラジオ体操 足踏み体操 14:00~ コミュニティーホール	健康セミナー 『インフルエンザと ノロウイルスの予防方法』 講師 看護部 木村ナース	座ってもできる ラジオ体操14:00~ コミュニティーホール <hr/> 歌の会 15:00~ コミュニティーホール	メイクアップセラピー 13:30~ラウンジ <hr/> スポーツ吹き矢 15:00~ コミュニティーホール	こげら喫茶
日付	19日	20日	21日	22日	23日	24日
午前	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ラウンジ <hr/> 初心者麻雀教室 10:00~11:30 6階小ホール	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	
午後	脳トレ (個別対応) 5階生活サービス部	音楽教室 14:00~ コミュニティーホール	座ってもできる ラジオ体操 足踏み体操 14:00~ コミュニティーホール	制作 干支『亥』押し絵 13:30~ 5階生活サービス部	スポーツ吹き矢 15:00~ コミュニティーホール	
日付	26日	27日	28日	29日	30日	
午前	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ラウンジ <hr/> 初心者麻雀教室 10:00~11:30 6階小ホール	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	
午後	脳トレ (個別対応) 5階生活サービス部	座ってもできる ラジオ体操 足踏み体操 14:00~ コミュニティーホール	認知症予防体操 14:00~14:45 コミュニティーホール	制作 干支『亥』押し絵 13:30~ 5階生活サービス部	スポーツ吹き矢 15:00~ コミュニティーホール	

★ 予定表のA4サイズご希望の方は4階生活サービスに用意しています。

企画 オレンジ