



# 2020年10月の予定



\*新型コロナウイルス感染状況により内容が変更になる事もありますのでご了承ください。

◆：サークルの予定

◆：同好会の予定

◆：運営企画の予定

◆：ケア

日	月	火	水	木	金	土	
 <p><b>ロビー展示</b> <b>鉄筋彫刻</b></p> <p>10月8日(木)~25日(日) 徳持耕一郎展 『線で奏でるJAZZ』</p>		 <p><b>NEW</b> <b>今月のトレーニング</b> <b>～踵上げ～</b></p> <p>椅子の背もたれや机など、安定したところに軽く触れながら、踵をゆっくり挙げたり下したりします。姿勢良く行いましょう。10回を1セットとして、実施できたら、カレンダーの実施欄にチェックを付けて記録しましょう。1日3セットまで。</p>		1	2	3	
4		5	6	7	8	9	10
DVD上映会 「世界の車窓から」 14:00~15:00 オーストラリア		中庭散策 9:45~ ◆パッチワーク 14:00~16:30	◆座って体操 10:30~11:00 ◆卓球 14:00~17:00	中庭散策 9:45~ ◆描こう会 10:00~12:00	◆座って体操 10:30~11:00 ◆卓球 14:00~17:00	中庭散策 9:45~ ◆写経 9:30~12:00	◆卓球 14:00~17:00
実施記録欄 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>		実施記録欄 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	実施記録欄 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	実施記録欄 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	実施記録欄 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	実施記録欄 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	実施記録欄 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
		■健康相談 14:30~	移動スーパー 14:30~ 正面玄関前	■健康相談 14:30~	理美容	■健康相談 14:30~	まほろばパン販売 10:45~11:15 正面玄関前
11	12	13	14	15	16	17	
	中庭散策 9:45~	◆座って体操 10:30~11:00 ◆卓球 14:00~17:00	中庭散策 9:45~ ◆描こう会 10:00~12:00	◆卓球 14:00~17:00		◆卓球 14:00~17:00	
実施記録欄 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	実施記録欄 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	実施記録欄 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	実施記録欄 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	実施記録欄 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	実施記録欄 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	実施記録欄 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	
	■健康相談 14:30~		■健康相談 14:30~		■健康相談 14:30~	まほろばパン販売 10:45~11:15 正面玄関前	
18	19	20	21	22	23	24	
DVD上映会 「世界の車窓から」 14:00~15:00 アルゼンチン	中庭散策 9:45~ ◆パッチワーク 14:00~16:30	◆座って体操 10:30~11:00 ◆卓球 14:00~17:00	◆描こう会 10:00~12:00	パストラル祭準備 多目的ホール・アトリエ 談話室・和室は 終日使用 出来ません	パストラル祭 作品展示	パストラル祭 作品展示	
実施記録欄 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	実施記録欄 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	実施記録欄 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	実施記録欄 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	実施記録欄 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	実施記録欄 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	実施記録欄 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	
	■健康相談 14:30~	移動スーパー 14:30~ 正面玄関前	■健康相談 14:30~		■健康相談 14:30~	まほろばパン販売 10:45~11:15 正面玄関前	
25	26	27	28	29	30	31	
パストラル祭 作品展示		◆座って体操 10:30~11:00 ◆卓球 14:00~17:00	中庭散策 9:45~ ◆描こう会 10:00~12:00	◆座って体操 10:30~11:00 ◆卓球 14:00~17:00	中庭散策 9:45~	◆卓球 14:00~17:00	
実施記録欄 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	実施記録欄 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	実施記録欄 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	実施記録欄 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	実施記録欄 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	実施記録欄 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	実施記録欄 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	
	■健康相談 14:30~		■健康相談 14:30~	理美容	■健康相談 14:30~	まほろばパン販売 11:50~ 正面玄関前	

**管理からのお知らせ**  
10/1(木)~12月初旬まで  
各住戸の  
大掃除・設備点検  
を実施致します。  
詳細は追ってお知らせ致しますので、宜しくお願致します。

**秋の和菓子お取り寄せ**



社菓庵 未永  
香ばしくふっくらと焼き上げた皮に、刻み栗入りのつぶ餡をはさんだ昔ながらのどら焼。  
1個180円  
詳細はチラシでお知らせします

**上映会『世界の車窓から』**

10/4(日) オーストラリア  
大陸横断・縦断列車の旅



10/18(日) アルゼンチン  
南米大自然の旅



**10月の和菓子**

起き上がり本舗  
起き上がり最中

岐阜県にある「起き上がり本舗」からだるまの形をした最中「起き上がり最中」かわいいたるまの形をした最中です。



煎茶付200円  
(限定45皿)

**理美容のお知らせ**

10月8日(木)午後  
10月20日(火) 10月29日(木)

**ラジオ体操**  
多目的ホールにてラジオ体操実施

- ★ 8:50~
- 2階・3階のご入居者
- ★ 9:15~
- 4階~7階のご入居者

