









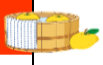





令和5年12月のお知らせ

行事予定	イベント詳細お知らせ※詳しくは掲示ポスターをご覧ください。	お休みのお知らせ	
3日(日) DVD上映会 『三十四丁目の奇蹟』 12日(火) 園芸療法 22日(金) エコ粘土体験会『干支 龍のお飾り』 22日(金) 冬至 ゆず湯(大浴場) 24日(日) クリスマスジャズコンサート	22日(金) (事前予約制) エコ粘土体験会 『干支 龍のお飾り』 申込: 11/27~12/3 参加費: 600円 	24日(日) (事前予約制) クリスマスジャズコンサート  サックス奏者 浅井 良将さんと ギタリスト 杉原 俊さんのデュオ コンサートです。お楽しみに♪	◆ラジオ体操 12/31(日)~1/3(水) ◆座って体操 12日(火) ◆床運動 29日(金) ◆中庭散策 8日(金)
			エルポート 28日(木)~1/3(水) ■健康相談 29日(金) 

カレンダー						
日	月	火	水	木	金	土
					1 ◆中庭散策 ◆床運動 14:15~14:45 ■健康相談	2 ◆編み物 10:00~12:00 ◆卓球 14:00~16:00
3 DVD上映会(多目的ホール) 『三十四丁目の奇蹟』 14:00~15:45 	4 ◆中庭散策 ◆いきいき百歳体操 ◆囲碁 13:30~16:30 ◆パッチワーク 14:00~16:30 ■健康相談	5 ◆座って体操 ◆水中歩行 10:15~10:45 ◆卓球 14:00~16:00 ふれあいマルシェ14:00~ 	6 ◆中庭散策 ◆描こう会 10:00~12:00 ◆床運動 14:15~14:45 まほろばパン 9:45~ 	7 ◆いきいき百歳体操 ◆絵画 10:00~12:00 ◆卓球 14:00~16:00	8 ◆写経 10:00~12:00 ◆床運動 14:15~14:45 ■健康相談	9 ◆卓球 14:00~16:00
10	11 ◆中庭散策 ◆いきいき百歳体操 ■健康相談	12 ◆水中歩行 10:15~10:45 ◆卓球 14:00~16:00 園芸療法 14:00~15:00 とくし丸14:00~ 	13 ◆中庭散策 ◆描こう会 10:00~12:00 ◆床運動 14:15~14:45 まほろばパン 9:45~ 	14 ◆いきいき百歳体操 ◆絵画 10:00~12:00 ◆卓球 14:00~16:00 公社職員来館日	15 ◆中庭散策 ◆床運動 14:15~14:45 ■健康相談	16 ◆編み物 10:00~12:00 ◆卓球 14:00~16:00
17	18 ◆中庭散策 ◆いきいき百歳体操 ◆囲碁 13:30~16:30 ◆パッチワーク 14:00~16:30 ■健康相談	19 ◆座って体操 ◆水中歩行 10:15~10:45 ◆卓球 14:00~16:00 ふれあいマルシェ14:00~ 	20 ◆中庭散策 ◆描こう会 10:00~12:00 ◆床運動 14:15~14:45 まほろばパン 9:45~ 	21 ◆いきいき百歳体操 ◆絵画 10:00~12:00 ◆卓球 14:00~16:00	22 冬至 ◆中庭散策 ◆写経 10:00~12:00 ◆床運動 14:15~14:45 エコ粘土体験会(アトリエ) 14:00~15:00 ゆず湯のお知らせ 大浴場(男湯・女湯)  ■健康相談	23 ◆卓球 14:00~16:00
24/31 24日 クリスマスジャズコンサート 14:00~15:00~ (事前予約制) 	25 ◆中庭散策 ◆いきいき百歳体操 ■健康相談	26 ◆座って体操 ◆水中歩行 10:15~10:45 ◆卓球 14:00~16:00 とくし丸14:00~ 	27 ◆中庭散策 ◆描こう会 10:00~12:00 ◆床運動 14:15~14:45 まほろばパン 9:45~ 	28 ◆いきいき百歳体操 ◆卓球 14:00~16:00 理美容サービス	29 ◆中庭散策 ■健康相談	30 ◆卓球 14:00~16:00
					エルポートお休み 12/28~1/3	

各種ご案内					
◆中庭散策 毎週月・水・金曜 9:30~ 中庭(ロビー集合) 	◆座って体操 毎週火曜 10:00~10:20 多目的ホール 	◆いきいき百歳体操 毎週月・木曜 10:00~10:30 多目的ホール 	移動販売・訪問サービス ふれあいマルシェ (火曜日) 5日 19日 14:00~ とくし丸 (火曜日) 12日 26日 14:00~ まほろばパン (水曜日) 6日 13日 20日 27日 9:45~ 理美容サービス 19日(火) 28日(木)	■健康相談 毎週月・水・金曜 14:00~15:00 健康相談室 月曜日 若藤先生 水曜日 玉田先生 金曜日 森先生	今月の日本列島銘菓めぐり 奈良県 本家菊屋  『鹿もなか』 煎茶付 280円 (限定 30個)

※各種予定につきましては、変更されることもございますので、ご承知くださいますようお願いいたします。