

# 令和6年10月のお知らせ

行事予定				お休みのお知らせ
3日(木)	ケア うたの集い	21日(月)	絵手紙教室	◆中庭散歩 7日(月)、9日(水)、14日(月)、23日(水) ラジオ体操 12日(土)、22日(火) ◆卓球 12日(土)、22日(火)      ◆座って体操 15日(火)、22日(火) ■健康相談      ◆床運動 25日(金)、30日(水)
4日(金)	園芸療法『大鉢の寄せ植え』	22日(火)	パストラール祭 発表会	
6日(日)	DVD上映会 映画『雨に唄えば』	25日(金)～27日(日)	パストラール祭 作品展	
10日(木)	エコ粘土教室	25日(金)	パストラール祭 講演会	
	住戸 消防設備点検・害虫駆除	28日(月)	歌おう会	
11日(金)	消防訓練			
12日(土)	秋の健康診断			
15日(火)	ケア うたの集い			

カレンダー							
		◆サークルの予定		◆同好会の予定		◆運営企画の予定	
日	月	火	水	木	金	土	
		1	2	3	4	5	
		◆座って体操 ◆水中歩行 10:15～10:45 ◆卓球 13:30～16:00 ◆カリンパ同好会 14:00～15:00 ふれあいマルシェ14:00～ 	◆中庭散歩 ◆描こう会 10:00～12:00 ◆床運動 14:15～14:45 まほろばパン 9:45～ 	◆いきいき百歳体操 ◆絵画 10:00～12:00 ◆カラオケ 13:00～15:00 ◆卓球 13:30～16:00 うたの集い(ケアテイルーム) 14:00～14:50	◆中庭散歩 ◆床運動 14:15～14:45 ◆コーラス 10:00～11:00 園芸療法(中庭) 14:00～14:30 ■健康相談	◆編み物 10:00～12:00 ◆卓球 13:30～16:00	
6	108分	7	8	9	10	11	12
DVD上映会(多目的ホール) 映画『幸福の黄色いハンカチ』 13:30～15:10 	◆いきいき百歳体操 ◆囲碁 13:30～16:30 ■健康相談	◆座って体操 ◆水中歩行 10:15～10:45 ◆卓球 13:30～16:00 ◆カリンパ 14:00～15:00 とくし丸14:00～ 	◆描こう会 10:00～12:00 ◆床運動 14:15～14:45 まほろばパン 9:45～ 	◆いきいき百歳体操 ◆絵画 10:00～12:00 ◆カラオケ 13:00～15:00 ◆卓球 13:30～16:00 エコ粘土教室(アトリエ) 14:00～15:00 消防設備点検・害虫駆除	◆中庭散歩 ◆床運動 14:15～14:45 消防訓練 14:00～15:00 ■健康相談	秋の健康診断 9:00～16:00 (多目的ホール)	
13	14	15	16	17	18	19	
	◆いきいき百歳体操	◆水中歩行 10:15～10:45 ◆卓球 13:30～16:00 うたの集い(ケアテイルーム) 14:00～14:50 ふれあいマルシェ14:00～ 	◆中庭散歩 ◆描こう会 10:00～12:00 ◆床運動 14:15～14:45 まほろばパン 9:45～ 	◆いきいき百歳体操 ◆絵画 10:00～12:00 ◆カラオケ 13:00～15:00 ◆卓球 13:30～16:00	◆中庭散歩 ◆コーラス 10:00～11:00 ◆床運動 14:15～14:45 ■健康相談	◆編み物 10:00～12:00 ◆卓球 13:30～16:00	
20	21	22	23	24	25	26	
	◆中庭散歩 ◆いきいき百歳体操 ◆囲碁 13:30～16:30 絵手紙教室(アトリエ) 14:15～16:15 ■健康相談	◆水中歩行 10:15～10:45 ◆カリンパ同好会 14:00～15:00 パストラール祭 発表会 13:30～15:30(予定) (多目的ホール) とくし丸14:00～ 	◆描こう会 10:00～12:00 ◆床運動 14:15～14:45 まほろばパン 9:45～ 	◆いきいき百歳体操 ◆カラオケ 13:00～15:00 ◆卓球 13:30～16:00 理美容サービス	◆中庭散歩 パストラール祭 作品展 9:00～16:00 (総合文化センター) パストラール祭 講演会 14:00～15:00 (多目的ホール) 公社職員来館日 ■健康相談	◆卓球 13:30～16:00	
27	28	29	30	31			
パストラール祭 作品展 9:00～12:00 (総合文化センター)	◆中庭散歩 ◆いきいき百歳体操 ◆歌おう会(多目的ホール) 14:00～14:40 ■健康相談	◆座って体操 ◆水中歩行 10:15～10:45 ◆卓球 13:30～16:00 ふれあいマルシェ14:00～ 	◆中庭散歩 ◆描こう会 10:00～12:00 まほろばパン 9:45～ 	◆いきいき百歳体操 ◆絵画 10:00～12:00 ◆カラオケ 13:00～15:00 ◆卓球 13:30～16:00 エルポートお休み 10/30～11/1			

各種ご案内					
◆中庭散歩 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 New!! スペシャル版+かみかみ体操 毎週月・木曜 10:00～11:00 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) 1日 15日 29日 14:00～ とくし丸 (火曜日) 8日 22日 14:00～ まほろばパン (水曜日) 2日 9日 16日 23日 30日 9:45～ 理美容サービス 15日(火) 24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 徳島県 栗尾商店  和風スイーツぽてと (和三盆・塩) 煎茶付 250円 (限定 30個)

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