令和7年1月のお知らせ

行事予定

1日(水)	初詣	27日(月)	歌おう会
9日(木)	ケア うたの集い		
9日(木)	エコ粘土教室		
18日(土)	ドッグセラピー		
20日(月)	サンバァーン衣料品販売		
20日(月)	絵手紙教室		
21日(火)	ケア うたの集い		
26日(日)	DVD上映会 松竹新喜劇「おじいちゃんの初恋」		

お休みのお知らせ

エルポート
12/28(土)～1/3(金)

定期バス
12/29(日)～1/3(金)

◆各種体操
12/31(火)～1/3(金)

◆中庭散策
1日(水)3日(金)13日(月)

■健康相談
1日(水)3日(金)13日(月)

まほろばパン
1日(水)

◆描こう会
1日(水)

◆絵画
2日(木)9日(木)

◆カラオケ
2日(木)

◆卓球
2日(木)

◆コーラス
3日(金)➡10日(金)

◆編み物
4日(土)➡11日(土)

その他 お知らせ

多目的ホール
アトリエ・談話室
空調工事

1/10(金)まで

利用可能ですが、空調は使用できません。
ご不便おかけしますが、よろしくお願いします。

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 元日 大浴場お休み 初詣 上の宮五社大神社 (フロント前集合) 13:00～13:45 エルポート・定期バス・各種体操は1/3までお休み	2	3	4 ◆卓球 13:30～16:00
5	6 ◆中庭散策 ◆いきいき百歳体操 ◆囲碁 13:30～16:30 ■健康相談	7 ◆座って体操 ◆水中歩行 10:15～10:45 ◆卓球 13:30～16:00 ◆カリンバ同好会(応接室) 14:00～15:00 ふれあいマルシェ14:00～ 公社職員来館日	8 ◆中庭散策 ◆描こう会(ファミリーダイニングA) 10:00～12:00 ◆床運動 14:15～14:45 まほろばパン 9:45～ ■健康相談	9 ◆いきいき百歳体操 ◆卓球 13:30～16:00 うたの集い(ケアデイルーム) 14:00～14:50 エコ粘土教室(応接室) 14:00～15:00	10 ◆中庭散策 ◆コーラス 10:00～11:00 ◆立って体操 14:00～14:10 ◆床運動 14:15～14:45 ■健康相談	11 ◆編み物 10:00～12:00 ◆卓球 13:30～16:00
12	13 成人の日 ◆いきいき百歳体操	14 ◆座って体操 ◆水中歩行 10:15～10:45 ◆卓球 13:30～16:00 ◆カリンバ 14:00～15:00 とくし丸14:00～	15 ◆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～ ■健康相談	16 ◆いきいき百歳体操 ◆絵画 10:00～12:00 ◆カラオケ 14:00～16:00 ◆卓球 13:30～16:00	17 ◆中庭散策 ◆コーラス 10:00～11:00 ◆床運動 14:15～14:45 ■健康相談	18 ◆編み物 10:00～12:00 ◆卓球 13:30～16:00 ドッグセラピー(多目的ホール) 10：30～11：00
19	20 ◆中庭散策 ◆いきいき百歳体操 ◆囲碁 13:30～16:30 サンバァーン衣料品販売 (多目的ホール) 10：30～15：00 絵手紙教室(アトリエ) 14:15～16:15 ■健康相談	21 ◆座って体操 ◆水中歩行 10:15～10:45 ◆卓球 13:30～16:00 うたの集い(ケアデイルーム) 14:00～14:50 ふれあいマルシェ14:00～ 理美容サービス	22 ◆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～ ■健康相談	23 ◆いきいき百歳体操 ◆絵画 10:00～12:00 ◆卓球 13:30～16:00	24 ◆中庭散策 ◆立って体操 14:00～14:10 ◆床運動 14:15～14:45 ■健康相談	25 ◆卓球 13:30～16:00
26 61分 DVD上映会(多目的ホール) 松竹新喜劇 『おじいちゃんの初恋』 14:00～15:05	27 ◆中庭散策 ◆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 公社職員来館日	28 ◆座って体操 ◆水中歩行 10:15～10:45 ◆卓球 13:30～16:00 ◆カリンバ同好会 14:00～15:00 とくし丸14:00～	29 ◆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～ ■健康相談	30 ◆いきいき百歳体操 ◆卓球 13:30～16:00 理美容サービス	31 ◆中庭散策 ◆床運動 14:15～14:45 ■健康相談	

各種ご案内

◆中庭散策

毎週月・水・金曜
(1月・2月)15:00～
中庭（ロビー集合）
※時間が変更しています。
お間違えの無いようお願いします。

◆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

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）	7日 21日	14:00～
とくし丸 （火曜日）	14日 28日	14:00～
まほろばパン （水曜日）	8日 15日 22日 29日	9:45～
理美容サービス(予約制)	21日(火)　30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

長崎県　平戸蔦屋

カスドース

煎茶付 300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。