

令和7年12月のお知らせ

行事予定		お休みのお知らせ	
1日(月) 体力測定スタンプラリー	22日(月) 歌おう会	◆床運動	◆卓球
4日(木) ケア うたの集い	24日(水) クリスマスコンサート	24日(水)、31日(水)	30日(火) 31日(水)
8日(月) 絵手紙教室		■健康相談	◆カリンバ同好会 まほろばパン
11日(木) エコ粘土教室		29日(月)、31日(水)	30日(火) 31日(水)
14日(日) DVD上映会『侍タイムスリッパ』		◆水中歩行	ふれあいマルシェ
16日(火) ケア うたの集い		30日(火)	30日(火)
21日(日) クリスマス会		◆座って体操	◆中庭散策
22日(月) 地下大浴場 ゆず湯		30日(火)	31日(水)

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	6
	◆中庭散策 ◆いきいき百歳体操 ◆囲碁 13:30~16:30 体力測定スタンプラリー 14:00~15:30 ■健康相談	◆座って体操 ◆水中歩行 10:15~10:45 ◆卓球 13:30~16:00 ◆カリンバ同好会 14:00~15:00 ふれあいマルシェ14:00~	◆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~	◆いきいき百歳体操 ◆卓球 13:30~16:00 ◆カラオケ 14:00~16:00 うたの集い(ケアテイルーム) 14:00~14:50	◆中庭散策 ◆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
7	8	9	10	11	12	13
	◆中庭散策 ◆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	◆座って体操 ◆水中歩行 10:15~10:45 ◆卓球 13:30~16:00 ◆カリンバサークル 14:00~15:00 とくし丸 14:00~	◆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~	◆いきいき百歳体操 ◆卓球 13:30~16:00 エコ粘土教室(アトリエ) 14:00~15:00	◆中庭散策 ◆床運動 14:15~14:45 ■健康相談	◆卓球 13:30~16:00
14	15	16	17	18	19	20
DVD上映会(多目的ホール) 『侍タイムスリッパ』 13:30~15:45 	◆中庭散策 ◆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 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~	◆中庭散策 ◆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 ◆卓球 13:30~16:00 ◆カラオケ 14:00~16:00	◆中庭散策 ◆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
21	22	23	24	25	26	27
クリスマス会 ~事前予約制~ メインダイニング 14:00~15:30 	◆中庭散策 ◆いきいき百歳体操 ◆囲碁 13:30~16:30 ◆歌おう会(多目的ホール) 14:00~14:40 ゆず湯 大浴場(男湯・女湯) ■健康相談	◆座って体操 ◆水中歩行 10:15~10:45 ◆卓球 13:30~16:00 ◆カリンバ同好会 14:00~15:00 とくし丸 14:00~	◆中庭散策 ◆描こう会 10:00~12:00 クリスマスコンサート (メインダイニング) 14:00~15:00 まほろばパン 9:45~ ■健康相談	◆いきいき百歳体操 ◆卓球 13:30~16:00 理美容サービス	◆中庭散策 ◆床運動 14:15~14:45 ■健康相談	◆卓球 13:30~16:00
28	29	30	31			
	◆中庭散策 ◆いきいき百歳体操 ◆囲碁 13:30~16:30					

エルポートお休み 12/28~1/4

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 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 月曜日は「しゃきしゃき百歳体操」をしています!	移動販売・訪問サービス ふれあいマルシェ (火曜日) 2日 16日 14:00~ とくし丸 (火曜日) 9日 23日 14:00~ まほろばパン (水曜日) 3日 10日 17日 24日 9:45~ 理美容サービス(予約制) 16日(火) 25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

※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。