



曜日	月	火	水	木	金	土
日付						1日
午前						
午後						
日付	3日	4日	5日	6日	7日	8日
午前	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ラウンジ <hr/> こげら麻雀会 10:00~11:30 6階小ホール	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	
午後	制作 干支『亥』押し絵 13:30~ 5階生活サービス部	座ってもできる ラジオ体操 足踏み体操 14:00~ コミュニティホール	元気が出るハンドル 13:45~14:45 コミュニティホール	認知症学習会 講師 平川病院 堀内先生 14:00~15:00 コミュニティホール	スポーツ吹き矢 15:00~ コミュニティホール	こげら喫茶
日付	10日	11日	12日	13日	14日	15日
午前	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ラウンジ <hr/> 初心者麻雀教室 10:00~11:30 6階小ホール	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	
午後	脳トレ (個別対応) 5階生活サービス部	座ってもできる ラジオ体操 足踏み体操 14:00~ コミュニティホール	健康セミナー からだケア 13:30~14:30 コミュニティホール	懇話会	スポーツ吹き矢 15:00~ コミュニティホール	
日付	17日	18日	19日	20日	21日	22日
午前	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ラウンジ <hr/> こげら麻雀会 10:00~11:30 6階小ホール	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	
午後	制作 干支『亥』押し絵 13:30~ 5階生活サービス部	音楽教室 14:00~ コミュニティホール	ちぎり絵 13:30~14:30 『クリスマスリース』	歌の会 15:00~ コミュニティホール	メイクアップセラピー 13:30~ラウンジ <hr/> スポーツ吹き矢 15:00~ コミュニティホール	こげら喫茶
日付	24日・31日	25日	26日	27日	28日	29日
午前	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ラウンジ <hr/> 初心者麻雀教室 10:00~11:30 6階小ホール	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	
午後	制作 干支『亥』押し絵 13:30~ 5階生活サービス部	座ってもできる ラジオ体操 足踏み体操 14:00~ コミュニティホール	認知症予防体操 14:00~14:45 コミュニティホール	座ってもできる ラジオ体操 足踏み体操 14:00~ コミュニティホール	スポーツ吹き矢 15:00~ コミュニティホール	

★ 予定表のA4サイズご希望の方は4階生活サービスに用意しています。

企画 オレンジ

★ 12/29から1/6までは若さいいき脳トレ・個別脳トレ等はお休みとさせていただきます。