

# 10月こげら予定表

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	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	
午後	こげら体操 14:30~ケア5階 <hr/> 脳トレ個別対 5階生活サービス部	座ってもできる ラジオ体操 14:00~ コミュニティホール	体操 リフレッシュゲーム 14:30~ ケア5階	脳トレ個別対応 5階生活サービス部	こげら体操 14:30~ケア5階 15:30~歌会ケア4階 <hr/> 脳トレ個別対 5階生活サービス部	
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	音楽ボランティア 10:00~ケア4階 <hr/> 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	
午後	こげら体操 14:30~ケア5階 <hr/> 脳トレ個別対 5階生活サービス部	座ってもできる ラジオ体操 14:00~ コミュニティホール	こげら体操 14:30~ケア5階 <hr/> 脳トレ個別対 5階生活サービス部	脳トレ個別対応 5階生活サービス部	こげら体操 14:30~ケア5階 歌会 15:30~ケア4階	こげら喫茶
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	若さいいき教室 (脳トレ) 10:00~ ラウンジ	
午後	こげら体操 14:30~ケア5階 <hr/> 脳トレ個別対 5階生活サービス部	座ってもできる ラジオ体操 14:00~ コミュニティホール	体操 リフレッシュゲーム 14:30~ ケア5階	オレンジカフェ	こげら体操 14:30~ケア5階 歌会15:30~ケア4階 <hr/> メイクアップセラピー 13:30~ラウンジ	こげら喫茶
日付	24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	音楽ボランティア 10:00~ケア4階 <hr/> 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	
午後	こげら体操 14:30~ケア5階 <hr/> 脳トレ個別対 5階生活サービス部	脳トレ個別対応 5階生活サービス部	体操 リフレッシュゲーム 14:30~ ケア5階	音楽教室 14:00~ コミュニティホール	こげら体操 14:30~ケア5階 15:30~歌会ケア4階 <hr/> 脳トレ個別対 5階生活サービス部	こげら喫茶