

日	月	火	水	木	金	土	
11月		【利用できるもの】 ①お風呂(火曜日・金曜日) ②スカイウェル(電位治療器) ③マッサージ機 ④血圧の測定 ⑤エアロバイク ⑥ロードランナー ⑦朝の体操(DVD) ⑧カラオケ、囲碁・将棋開放 ○集会室の予定が空いている時は、 輪投げなどのレクリエーションをやっています！				秋の味覚	1 休み
2	3	4	5	6	7	8	
休み	文化の日	④ 午前 午後 (集) 朝の体操 介護予防(町) (図) (相) (茶)	④ 午前 午後 (集) ★ヨガ教室 (図) (相) 将棋解放日 (茶)	④ 午前 午後 (集) ★リンパ&バランス体操 (図) (サ)秀扇会 (相) (茶)	④ 午前 午後 (集) 朝の体操 (サ)万年青会 (図) ★書道教室 (相) (茶)	休み	
		🔥 お風呂 営業日 🔥		🔥 お風呂 営業日 🔥			
		X		X			
		🔥 お風呂 営業日 🔥		🔥 お風呂 営業日 🔥			
9	10	11	12	13	14	15	
休み	④ 午前 午後 (集) 朝の体操 ★フラワーアレンジメント (図) ★編物教室 (相) (茶)	④ 午前 午後 (集) 朝の体操 (サ)耕雲長寿会 (図) (相) (茶)	④ 午前 午後 (集) 朝の体操 ★カラオケ開放 (図) (相) 将棋解放日 (茶)	④ 午前 午後 (集) ★リンパ&バランス体操 (図) ★絵手紙教室 (相) (茶)	④ 午前 午後 (集) 朝の体操 (サ)秀扇会 (図) (相) (茶)	休み	
	X		X				
	🔥 お風呂 営業日 🔥		🔥 お風呂 営業日 🔥				
	X		X				
16	17	18	19	20	21	22	
休み	④ 午前 午後 (集) 朝の体操 (図) ★編物教室 (相) (茶) (サ)茶道	④ 午前 午後 (集) 朝の体操 介護予防(町) (図) (サ)こてまり会 (相) (茶)	④ 午前 午後 (集) ★ヨガ教室 (図) (相) 将棋解放日 (茶)	④ 午前 午後 (集) リフレッシュ体操 (図) (相) (茶)	④ 午前 午後 (集) 朝の体操 (サ)こてまり会 (図) (相) (茶)	休み	
	X		X				
	🔥 お風呂 営業日 🔥		🔥 お風呂 営業日 🔥				
	X		X				
23	24	25	26	27	28	29	
勤労感謝の日	振替休日	④ 午前 午後 (集) 朝の体操 (図) ★書道教室 (相) (サ)あじさい (茶)	④ 午前 午後 (集) 朝の体操 ★カラオケ開放 (図) (相) 将棋解放日 (茶)	④ 午前 午後 (集) 朝の体操 (図) ★絵手紙教室 (相) (茶)	④ 午前 午後 (集) 朝の体操 ★華道教室 (図) (サ)こてまり会 (相) (茶)	休み	
		X		X			
		🔥 お風呂 営業日 🔥		🔥 お風呂 営業日 🔥			
		X		X			
30	🍂					🍂	