

令和8年10月のお知らせ

行事予定	お休みのお知らせ	変更のお知らせ
4日(日) DVD上映会『アンコール!!』 5日(月) サンバァーン衣料品販売 6日(火) ケア うたの集い 10日(土) 秋の健康診断 15日(木) 住戸 消防設備点検・害虫駆除 16日(金) 消防訓練 20日(火) ケア うたの集い 21日(水) パストラール祭 発表会	◆いきいき百歳体操 5日(月)、22日(木) ラジオ体操 10日(土)、21日(水)~25日(日) ◆卓球 10日(土)、20日(火)、24日(土) ■健康相談 12日(月) ◆中庭散策 12日(月) ◆床運動 21日(水)、23日(金)、30日(金) ◆座って体操 27日(火)	うたの集い 1日(木)→6日(火)

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 ◆いきいき百歳体操 ◆カラオケ 14:00～16:00	2 ◆中庭散策 ◆コーラス 10:00～11:00 ◆床運動 14:15～14:45 ■健康相談	3 ◆編み物 10:00～12:00 ◆卓球 13:30～16:00			
4 94分 DVD上映会(多目的ホール) 『アンコール!!』 13:30～15:05 	5 ◆中庭散策 ◆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 公社職員来館日 ■健康相談	6 ◆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 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～ 	7 ◆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	8 ◆いきいき百歳体操 ◆エコ粘土サークル 14:00～15:00	9 ◆中庭散策 ◆床運動 14:15～14:45 ■健康相談	10 秋の健康診断 (多目的ホール) 9:00～16:00			
11	12 スポーツの日 ◆いきいき百歳体操 ◆囲碁 13:30～16:30	13 ◆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～ 	14 ◆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	15 ◆いきいき百歳体操 ◆俳句 13:00～15:00 ◆カラオケ 14:00～16:00 住戸 消防設備点検・害虫駆除	16 ◆中庭散策 ◆コーラス 10:00～11:00 ◆川柳句会 13:30～15:00 ◆床運動 14:15～14:45 消防訓練 14:00～15:00 ■健康相談	17 ◆編み物 10:00～12:00 ◆卓球 13:30～16:00			
18	19 ◆中庭散策 ◆いきいき百歳体操 ◆囲碁 13:30～16:30 ◆絵手紙 14:15～16:15 ■健康相談	20 ◆座って体操 ◆水中歩行 10:15～10:45 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～ 	21 ◆中庭散策 ◆描こう会 10:00～12:00 パストラール祭 発表会 (多目的ホール) 13:30～15:00 まほろばパン 9:45～  公社職員来館日 ■健康相談	22	23 ◆中庭散策 パストラール祭 作品展 9:00～16:00 (多目的ホール・ロビー)	24			
25 パストラール祭 作品展 9:00～14:00 (多目的ホール・ロビー)	26 ◆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 ◆書道 14:30～16:00 ■健康相談	27 ◆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～ 	28 ◆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	29 ◆いきいき百歳体操 介護予防教室(多目的ホール) 14:00～15:00 理美容サービス(予約制) 22日(木) 29日(木)	30 ◆中庭散策 県農生と中庭花壇植え替え (中庭)雨天中止 13:30～14:30 エルポートお休み 10/29～31 理美容サービス ■健康相談	31 ◆卓球 13:30～16:00			

各種ご案内	◆中庭散策	◆座って体操	◆いきいき百歳体操	移動販売・訪問サービス	■健康相談	公社職員来館日
	毎週月・水・金曜 9:30~ 中庭(ロビー集合) 	毎週火曜 10:00~10:20 多目的ホール 	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 おもしろが新しくなりました 	移動販売・訪問サービス ふれあいマルシェ (火曜日) 6日 20日 14:00~ とくし丸 (火曜日) 13日 27日 14:00~ まほろばパン (水曜日) 7日 14日 21日 28日 9:45~ 理美容サービス(予約制) 22日(木) 29日(木)	毎週月・水・金曜 14:00~15:00 健康相談室 ご希望の方は、前日までに ケアにお知らせ下さい。 (内線 2911) 月曜日 若藤先生 水曜日 玉田先生 金曜日 森先生	5日(月)、21日(水)

※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、ご承知くださいようお願いいたします。