

令和5年12月

| 日  | 月   | 火                      | 水   | 木                          | 金   | 土   |
|--|---|------------------------|---|----------------------------|---|---|
|  |   |                        |   |                            | 1<br>10:30~10:45<br>ラジオ体操・脳トレ               | 2<br>14:00~14:30<br>ラジオ体操・筋力運動                      |
|  |   |                        |   |                            | ごちそうの日                                      | 入浴<br>武蔵の湯・お通の湯                                     |
| 3<br>14:00~15:00<br>レクリエーション<br>※クリスマスツリー飾り付け<br>15:00~15:30<br>100円喫茶 | 4<br>10:30~10:45<br>ラジオ体操<br>紅葉ドライブ、買い物ツアー<br>予備日 | 5<br>スマイル理美容申し込み締切日    | 6<br>10:30~10:45<br>ラジオ体操<br>健康相談<br>つき山クリーニング  | 7                          | 8<br>10:30~10:45<br>ラジオ体操・脳トレ               | 9<br>14:00~14:30<br>ラジオ体操・タオル体操<br>入浴<br>武蔵の湯・お通の湯  |
| 10<br>14:00~15:00<br>レクリエーション<br>※ぬい絵<br>15:00~15:30<br>100円喫茶         | 11<br>10:30~10:45<br>ラジオ体操                        | 12<br>9:00~<br>スマイル理美容 | 13<br>10:30~10:45<br>ラジオ体操<br>健康相談<br>つき山クリーニング | 14<br>14:00~<br>京都府歯科健診・指導 | 15<br>10:30~10:45<br>ラジオ体操・脳トレ              | 16<br>14:00~14:30<br>ラジオ体操・タオル体操<br>入浴<br>武蔵の湯・お通の湯 |
| 17<br>14:00~15:00<br>レクリエーション<br>※カラオケ<br>15:00~15:30<br>100円喫茶        | 18<br>10:30~10:45<br>ラジオ体操                        | 19                     | 20<br>10:30~10:45<br>ラジオ体操<br>健康相談<br>つき山クリーニング | 21                         | 22<br>10:30~10:45<br>ラジオ体操・脳トレ<br>入浴<br>柚子湯 | 23<br>14:00~14:30<br>ラジオ体操・タオル体操<br>入浴<br>柚子湯       |
| 24<br>14:00~15:00<br>クリスマスお楽しみ会<br>※ゲーム、歌など<br>15:00~15:30<br>クリスマス喫茶  | 25<br>10:30~10:45<br>ラジオ体操                        | 26                     | 27<br>10:30~10:45<br>ラジオ体操<br>健康相談<br>つき山クリーニング | 28                         | 29<br>10:30~10:45<br>ラジオ体操・脳トレ              | 30<br>14:00~14:30<br>ラジオ体操・タオル体操<br>入浴<br>武蔵の湯・お通の湯 |
| 31<br>14:00~15:00<br>レクリエーション<br>※カレンダー作り<br>15:00~15:30<br>100円喫茶     |   |                        |   |                            |   |   |