

令和6年10月

日		月		火		水		木		金		土	
				1		2		3		4		5	
				スマイル理美容 申し込み締め切り		10:30~10:45 ラジオ体操				10:30~10:45 ラジオ体操・脳トレ		14:00~14:30 ラジオ体操・ストレッチ	
				ごちそうの日		健康相談 つき山クリーニング							
6		7		8		9		10		11		12	
14:00~15:00 ぬい絵		10:30~10:45 ラジオ体操		9:00~ スマイル理美容 		10:30~10:45 ラジオ体操				10:30~10:45 ラジオ体操・脳トレ		14:00~14:30 ラジオ体操・ストレッチ	
				13:30~15:15 外出レクリエーション		健康相談 つき山クリーニング 				13:30~15:15 外出レクリエーション 予備日			
13		14		15		16		17		18		19	
14:00~15:00 カラオケ		10:30~10:45 ラジオ体操				10:30~10:45 ラジオ体操				10:30~10:45 ラジオ体操・脳トレ		14:00~14:30 ラジオ体操・ストレッチ	
						健康相談 つき山クリーニング		14:00~15:00 レクリエーション(手芸)					
15:00~15:30 100円喫茶													
20		21		22		23		24		25		26	
14:00~ 運動会		10:30~10:45 ラジオ体操				10:30~10:45 ラジオ体操				10:30~10:45 ラジオ体操・脳トレ		14:00~14:30 ラジオ体操・ストレッチ	
						健康相談 つき山クリーニング		14:00~15:00 外出(外気浴)					
15:00~15:30 100円喫茶													
27		28		29		30		31					
14:00~15:00 カレンダー作り		10:30~10:45 ラジオ体操				10:30~10:45 ラジオ体操							
						健康相談 つき山クリーニング 							
15:00~15:30 ハロウィン喫茶				14:00~15:00 レクリエーション(手芸)									