11 November

朝晩の冷え込みが増え、少しずつ
冬の訪れを感じる季節となりました。
これからは路面が凍り、足元が
滑りやすくなります。
杖をご使用の方はアイスピックの
ご用意を！

月	火	水	木	金	土
1 カラオケ 制作 カラオケ 頭脳ゲーム 書道	2 カラオケ 制作 カラオケ フィットネスレク	3 カラオケ 制作 筆文字アート ウッドスロウ	4 カラオケ 制作 カラオケ フィットネスレク	5 カラオケ 制作 カラオケ ラダー教室	6 カラオケ 制作 カラオケ 頭脳ゲーム
8 カラオケ 大型カレンダー カラオケ フィットネスレク 書道	9 カラオケ 大型カレンダー カラオケ 頭脳ゲーム	10 カラオケ 大型カレンダー カラオケ フィットネスレク	11 カラオケ 大型カレンダー カラオケ 心と体の元気塾	12 カラオケ 大型カレンダー カラオケ フィットネスレク	13 カラオケ 大型カレンダー カラオケ ラダー教室
15 カラオケ 頭脳ゲーム カラオケ ラダー教室 書道	16 カラオケ 心と体の元気塾 カラオケ 麻由さんヨガ	17 カラオケ 早口言葉ゲーム 筆文字アート ラダー教室 豆腐販売	18 カラオケ チェアーヨガ カラオケ フィットネスレク	19 カラオケ 心と体の元気塾 カラオケ ウッドスロウ	20 カラオケ 頭脳ゲーム カラオケ フィットネスレク
22 カラオケ チェアーヨガ カラオケ フィットネスレク 書道	23 カラオケ 頭脳ゲーム カラオケ 麻由さんヨガ	24 カラオケ 頭脳ゲーム カラオケ フィットネスレク	25 カラオケ 心と体の元気塾 カラオケ 頭脳ゲーム	26 カラオケ 頭脳ゲーム カラオケ フィットネスレク	27 カラオケ 早口言葉ゲーム カラオケ ウッドスロウ
29 カラオケ 頭脳ゲーム カラオケ ウッドスロウ 書道	30 カラオケ 心と体の元気塾 カラオケ フィットネスレク				

麻雀・囲碁・将棋・脳トレ・ぬり絵は実施しています！

※変更になる場合があります。

ご了承ください。

→床屋週間です！



デイサービスセンター禎心会東