

| 日  | 月   | 火  | 水   | 木  | 金  | 土        | 行事名             | 開催時間        |
|----|---|--|---|--|--|----------|-----------------|-------------|
|    | 1 貯筋体操<br>いきいき体操<br><br>公子Dr.健康相談         | 2 貯筋体操<br>移動売店<br>笑いヨガ<br><br>  | 3 貯筋体操<br>包丁研ぎ<br>買物ツアー   | 4 貯筋体操<br>ノルディックウォーキング<br>中銀出張サービス   | 5 貯筋体操<br>移動売店<br>いきいき体操<br><br>    | 6        | いきいき体操          | 14:00~      |
| 7  | 8 貯筋体操<br>民謡クラブ<br>お琴教室<br><br>公子Dr.健康相談  | 9 貯筋体操<br>移動売店<br>映画鑑賞会  | 10 貯筋体操<br>茶話会<br><br>   | 11 貯筋体操<br>歌声喫茶  | 12 貯筋体操<br>移動売店<br>いきいき体操  | 13 将棋クラブ | 歌声喫茶            | 14:00~15:00 |
| 14 | 15 貯筋体操<br>いきいき体操<br><br>公子Dr.健康相談        | 16 貯筋体操<br>移動売店<br>笑いヨガ<br><br> | 17 貯筋体操<br>買物ツアー<br>いきいき体操  | 18 貯筋体操<br>ノルディックウォーキング<br>中銀出張サービス  | 19 貯筋体操<br>移動売店<br>運営懇談会<br>いきいき体操   | 20       | 公子Dr.健康相談       | 13:30~      |
| 21 | 22 貯筋体操<br>民謡クラブ<br>お琴教室<br><br>公子Dr.健康相談 | 23 貯筋体操<br>移動売店<br>いきいき体操  | 24 貯筋体操<br>茶話会<br><br> | 25 貯筋体操<br>食事ツアー   | 26 貯筋体操<br>移動売店<br>いきいき体操<br><br> | 27       | 茶話会             | 13:30~14:30 |
| 28 | 29 貯筋体操<br>いきいき体操<br><br>公子Dr.健康相談        | 30 貯筋体操  | 31 貯筋体操   | 七令年和<br><br> | 12月<br><br>                       |          | 将棋クラブ           | 13:30~16:00 |
|    |   |  |   |  |  |          | 中銀出張サービス        | 10:30~      |
|    |   |  |   |  |  |          | 貯筋体操            | 9:30~10:00~ |
|    |   |  |   |  |  |          | ノルディックウォーキングクラブ | 14:00~      |
|    |   |  |   |  |  |          | 民謡クラブ           | 13:30~      |
|    |   |  |   |  |  |          | 笑いヨガ            | 14:00~      |

備考 ※病院送迎便是、土・日・祝を除く月～金の午前中です。

ローストチキン  
