



平成28年11月 行事予定表

日	月	火	水	木	金	土
		1 9:30 軽体操	2 9:30 軽体操 14:00~15:00 11月誕生会 (ダイニング)	3文化の日	4 9:30 軽体操 10:30/14:00 買物サポート (ストッカー)	5 14:00お楽しみ講座 (手芸/クラブルーム2) 16:30 コーラス
		← サンテラス祭作品展示期間 →				
6 10:00日曜アクティビティ (ハンドケア)	7 9:30 軽体操	8 9:30 軽体操 13:30 相談コーナー (クラブルーム2) 古新聞回収/2F~5F	9 9:30 軽体操 14:00 シルバーストレッチ <多目的ホール>	10 9:30 軽体操 9:00 移動美容室 (こころ) 13:30 健康相談 小寺先生	11 9:30 軽体操 10:30/14:00 買物サポート (ストッカー)	12 9:00サタデーウォーキング 14:00 お楽しみ講座 (書道クラブルーム2) 16:30 コーラス
13 10:00日曜アクティビティ (フットケア) 14:00ケアクッキング (ダイニング)	14 9:30 軽体操 14:00 移動美容室 (楓)	15 9:30 軽体操 14:00 栄養講座 (多目的ホール) 古新聞回収/6F~9F	16 9:30 軽体操 13:30遊園テーション <音響トレ/多目的ホール>	17 9:30 軽体操 10:10 見学ランチ (予科練平和記念館見学)	18 9:30 軽体操 10:30/14:00 買物サポート (ストッカー)	19 14:00お楽しみ講座 (手芸/クラブルーム2) 16:30 コーラス
20 10:00日曜アクティビティ (ハンドケア)	21 9:30 軽体操	22 9:30 軽体操 13:30 相談コーナー (クラブルーム2) 古新聞回収/10F~12F	23勤労感謝の日 14:00 ソプラノ コンサート (ラウンジ)	24 9:30 軽体操 9:00 移動美容室 (こころ) 13:30 健康相談 小寺先生	25 9:30 軽体操 10:30/14:00 買物サポート (ストッカー)	26 14:00 お楽しみ講座 (書道クラブルーム2) 16:30 コーラス
← サンテラス祭作品展示期間 →						
27 10:00日曜アクティビティ (フットケア) 14:00ビデオシアター (ラウンジ)	28 9:30 軽体操	29 9:30 軽体操 14:00 イオン送迎便 (迎え15:30)	30 9:30 軽体操 14:00 健康体操 <多目的ホール> * 休湯日	「立」には、新しい季節になるという意味があり「立春」「立夏」「立秋」と同様に、季節の節目です。「立冬」は初めて冬の気配が現われてくる日。実際はまだ秋らしい気配ですが、この頃になると、木枯らしが吹いたり初霜のたよりが聞こえてきたりするようになり朝晩の気温も低くなり、冬の気配が見え隠れする時期です。 