



月間予定表

令和元年12月



シルバーシティ哲学堂

		行事予定				行事予定	
		時間	内容			時間	内容
1日	日	10:15~11:00	イスに座ってヨガ	16日	月	2:15~3:00	手作りおやつ
		5:30~	お誕生会	17日	火	9:30~	マッサージ(有料)
2日	月	2:15~3:00	詩吟			2:15~3:00	ピアノコンサート
3日	火	9:30~	マッサージ(有料)	18日	水	10:00~	移動美容室
		2:15~3:00	大人の塗り絵			2:15~3:00	気功体操
4日	水	2:15~3:00	気功体操	19日	木	1:00~	爪ケア(有料)
5日	木	1:00~	爪ケア(有料)			2:15~3:00	マジッククラブ
		2:15~3:00	書道	20日	金	9:30~	マッサージ(有料)
6日	金	9:30~	マッサージ(有料)			2:00~3:00	ボイストレーニング
		2:15~3:00	水彩画教室	21日	土	2:15~3:00	音楽の集い
7日	土	2:15~3:00	音楽の集い	22日	日	2:00~2:45	クリスマス会
8日	日	2:00~	スイーツデー	23日	月	2:10~2:55	エアロ&ストレッチ
9日	月	2:10~2:55	エアロ&ストレッチ	24日	火	9:30~	マッサージ(有料)
10日	火	9:30~	マッサージ(有料)			2:15~3:00	音楽リズム体操
		2:15~3:00	メイクの日	25日	水	2:15~3:00	歌の会
11日	水	2:15~3:00	器楽	26日	木	1:00~	フットケア(有料)
12日	木	1:00~	フットケア(有料)	27日	金	9:30~	マッサージ(有料)
		2:15~3:00	カラオケ			2:15~	DVD鑑賞会
13日	金	9:30~	マッサージ(有料)	28日	土	11:00~	餅つき
14日	土	2:15~3:00	フラダンス			1:30~	定期健康チェック
15日	日	10:15~	入居者懇談会	29日	日	10:15~11:00	イスに座ってヨガ
		2:15~3:00	ふれあいコーラス	30日	月		
				31日	火		大晦日

クリスマス会
12月22日(日)2:00~2:45
特別食5:30~

餅つき
12月28日(土)
11:00~

尚、イベント・行事は予告なく変更・中止になる場合がございますので、何卒ご容赦願います。