



月間予定表

令和2年10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	木	1:00~	爪ケア(有料)	15日	木	1:00~	爪ケア(有料)
		2:30~3:15	タオル体操			2:15~3:00	マジッククラブ
		5:30~	お誕生会			9:30~	マッサージ(有料)
						お月見の会	2:15~3:00
2日	金	9:30~	マッサージ(有料)	16日	金	9:30~	マッサージ(有料)
3日	土	2:15~3:00	音楽の集い	17日	土	2:15~3:00	音楽の集い
4日	日	2:15~3:00	ふれあいコーラス	18日	日	2:15~3:00	みんなで脳トレ&体操
5日	月			19日	月	2:15~3:00	ピアノコンサート
6日	火	9:30~	マッサージ(有料)	20日	火	9:30~	マッサージ(有料)
		2:15~3:00	大人の塗り絵			2:15~	DVD鑑賞会
7日	水			21日	水	10:00~	移動美容室
8日	木	10:15~11:00	イスに座ってヨガ	22日	木	1:00~	フットケア(有料)
		1:00~	フットケア(有料)			2:15~3:00	大正琴
9日	金	9:30~	マッサージ(有料)	23日	金	9:30~	マッサージ(有料)
		2:15~3:00	大和朗読の会	24日	土	1:30~	定期健康チェック
10日	土	2:15~3:00	なつかしのうた	24日	土	2:00~3:00	水彩画教室
11日	日	2:15~3:00	プチ運動会	25日	日	2:15~	スイーツデー
12日	月	2:15~3:00	エアロ&ストレッチ	26日	月	2:15~3:00	エアロ&ストレッチ
13日	火	9:30~	マッサージ(有料)	27日	火	9:30~	マッサージ(有料)
		2:15~3:00	書道			2:15~3:00	音楽リズム体操
14日	水	2:15~3:00	器楽	28日	水	2:15~3:00	歌の会
29日	木	10:15~11:00	イスに座ってヨガ	29日	木	10:15~11:00	イスに座ってヨガ
		2:15~3:00	なつかしのうた			2:15~3:00	なつかしのうた
30日	金	9:30~	マッサージ(有料)	30日	金	9:30~	マッサージ(有料)
		2:00~3:00	ボイストレーニング			2:00~3:00	ボイストレーニング
31日	土	2:30~3:15	タオル体操	31日	土	2:30~3:15	タオル体操

プチ運動会
10月11日(月) 2:15~3:00
特別食 夕食

水彩画教室
10月24日(土) 2:00~3:00
タオル体操
10月1日(木)・31日(土) 2:30~3:15

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。