# 令和2年11月・月間予定表

11月 シルバーシティ聖蹟桜ヶ丘

| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 |
| 午前 | お誕生ご膳（特別食） | 座ってヨガ<br>あいクリニック往診 | カラオケ<br>文化の日 | | カラオケ | 新井歯科往診 | | | 座ってヨガ | カラオケ<br>アスカクリニック往診 | | カラオケ<br>訪問美容（ラピス） | 新井歯科往診 | フラワー教室 | | 座ってヨガ | あいクリニック往診<br>カラオケ・アスカクリニック往診 | | カラオケ | 新井歯科往診 | 開設33周年記念<br>北海道フェア | | 座ってヨガ<br>勤労感謝の日 | カラオケ | | カラオケ<br>訪問理美容（晴ハレ） | 新井歯科往診 | フラワー教室 | | 座ってヨガ |
| 午後 | 運動会 | 音楽会（まとばゆう） | 売店 | 書道教室 | | | 音楽会（まとばゆう） | | | | | 音楽会（まとばゆう） | | | 日曜喫茶 | 聖蹟桜ヶ丘クリニック往診<br>音楽会（まとばゆう） | 売店 | 書道教室 | | | まとばゆう<br>開設記念コンサート | | | | | | 音楽会（まとばゆう） | スペシャルディナー | | |

| シーツ交換日 | 機械浴 |
|---|---|
| 1F/ 土曜日 | 火・金/AM |
| 2F/ 火曜日 | 一般浴 |
| 3F/ 月曜日 | 月～土/PM |

今月は運動会 と高幡不動へ菊鑑賞
多摩動物園遠足・21日は開設33周年
30日はスペシャルディナーです

※午前サークル活動は10:00～
午後サークルは2:00～開催致します

| 食事 |
|---|
| 朝食/ 8:00～ |
| 昼食/12:00～ |
| 夕食/17:30～ |