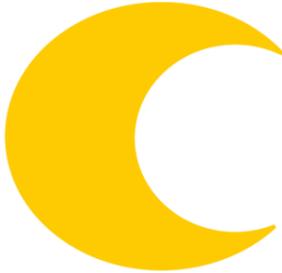


🌙 10月 レクリエーション予定表 🌙

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--|--|---|--|--|---|---|
|  | | 1 デリショップ 三井 午前10時～ 多目的ホール | 2 歌会わらべ 午後2時20分～ ケア棟デイルーム | 3 あし・こし・ほね 体操 午後2時～ 多目的ホール | 4 二胡演奏合唱 午後2時30分～ 多目的ホール | 5 カラオケ教室 午後2時～ 多目的ホール |
| 6  | 7 ギター演奏 午後2時30分～ 多目的ホール  | 8 デリショップ 三井 午前10時～ 多目的ホール 映画会 午後2時～ 多目的ホール | 9 買い物ツアー 行先：アリオ上尾 午前10時 出発 11時30分頃 帰館 | 10 あし・こし・ほね 体操 午後2時～ 多目的ホール | 11 | 12 カラオケ教室 午後2時～ 多目的ホール |
| 13 | 14 民謡ボランティア (細田様) 午後2時30分～ 多目的ホール | 15 デリショップ 三井 午前10時～ 多目的ホール 朗読の会 午後3時～ 多目的ホール | 16 | 17 あし・こし・ほね 体操 午後2時～ 多目的ホール | 18 外出レク 行先：花の丘公苑 午前10時 出発 午後1時30分 出発 | 19 カラオケ教室 午後2時～ 多目的ホール |
| 20  | 21  | 22 デリショップ三井 午前10時～ 多目的ホール お誕生日会 午後12時～ レストラン ホームバー 午後6時～ 多目的ホール | 23 買物ツアー ファッションセンター 行先：しまむら 午前10時 出発 | 24 あし・こし・ほね 体操 午後2時～ 多目的ホール | 25 麻雀・囲碁・将棋 予約制 午後2時30分～ 多目的ホール | 26 文化祭 午前10時～ 多目的ホール他 |
| 27  | 28  | 29 デリショップ 三井 午前10時～ 多目的ホール | 30 | 31 あし・こし・ほね 体操 午後2時～ 多目的ホール |  |  |