

令和 5年12月の主な行事予定 シニアライフもなみ



金
1

土
2

午前の体操
フリータイム
大浴場

午前の体操

8
午前の体操
うた体操♪
14時～
大浴場

9
午前の体操

3
午前の体操
大浴場

4
午前の体操
手工芸
移動販売
14時半～
大浴場

5
午前の体操
大浴場

6
午前の体操

7
午前の体操
大浴場

10
午前の体操
映画鑑賞会
13時半～
大浴場

11
午前の体操
手工芸

12
午前の体操

大浴場

13
理学療法士の
指導による体操
10時～
パン屋さん 14時～

14
午前の体操
大浴場

15
午前の体操
フリータイム
大浴場

16
午前の体操

17
もちつき会
10時半～
午後の体操
14時～
大浴場

18
午前の体操
手工芸
移動販売
14時半～
大浴場

19
午前の体操
大浴場

20
午前の体操
骨の健康チェック会
14時～ 2階集会場

21
午前の体操
大浴場

22
冬至
午前の体操
フリータイム
ゆず湯
大浴場

23
午前の体操

24
午前の体操

大浴場

25
午前の体操
手工芸

26
午前の体操
大浴場

27
午前の体操
懇談会
14時～

28
午前の体操
大浴場

29
午前の体操
フリータイム
大浴場

30
12/30～1/3
館内行事お休みします。

31
大晦日
大浴場



(お知らせ)

★予定ですので変更があります。

★各行事の詳細は、その都度1階掲示板にてお知らせ致します。

