

§ シルバーシティ哲学堂 令和4年11月 月間予定表 §

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--|--------------------------|--|---|---|--|---|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| | | 9:30～マッサージ 14:15～大人の塗り絵 17:30～お誕生会 | | 文化の日 13:00～ 爪ケア(有料) | 9:30～ マッサージ(有料) | 14:15～15:00 音楽の集い |
| 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 真氣コンサート 14:00～ | 14:15～15:00 イスに座ってヨガ | 9:30～ マッサージ(有料) 14:15～15:00 書道 | 10:00～移動美容室 13:00～フットケア(有料) 14:15～器楽 | | 9:30～ マッサージ(有料) 14:15～15:00 大和朗読の会 | 14:15～15:00 誤嚥予防体操 |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 14:15～15:00 ふれあいコーラス | 14:15～15:00 エアロ&ストレッチ | 9:30～ マッサージ(有料) 哲学堂開設記念日 | 14:15～15:00 ピアノコンサート | 13:00～ 爪ケア(有料) 14:15～15:00 マジッククラブ | 9:30～ マッサージ(有料) | 14:15～15:00 音楽の集い |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| | 14:15～15:00 イスに座ってヨガ | 9:30～ マッサージ(有料) 14:15～ DVD鑑賞会 | 勤労感謝の日 13:00～フットケア(有料) 14:15～歌の会 17:30～料理長おすすめの日 | 14:15～15:00 水彩画教室 | 9:30～ マッサージ(有料) 14:00～15:00 ボイストレーニング | 13:30～ 定期健康チェック 14:15～15:00 誤嚥予防体操 |
| 27 | 28 | 29 | 30 | | | |
| 10:15～11:00 絵画を見てお話しする会 14:15～ スイーツデー | 14:15～15:00 エアロ&ストレッチ | 9:30～ マッサージ(有料) 14:15～15:00 音楽リズム体操 | メガネ・補聴器の相談会 | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |