

11月 2019 令和元年



日	月	火	水	木	金	土
					1 14:00～ 元気が出る食べもの話(4日を1日に変更)	2 9:30～ 60歳以上男性の筋トレ&ストレッチ
← ← ← ← ←					「柏木桂三郎切り絵展 & 本多正昭絵画展(10/28 ～ 11/4)」 → → → →	
3	4 10:00～ かわいい小花づくり 10:30～ はじめての英会話 14:00～ 詩吟の会	5 13:30～ パン・お菓子販売(うずまさ学園)	6 10:30～ 社交ダンス 13:30～ 墨とあそぼう 13:00～ BGMピアノ	7 14:00～ 声に出して読む会 13:00～ BGMピアノ	8 9:30～ いきいき筋トレ① 10:45～ いきいき筋トレ② 14:00～ ミニコンサート(一緒に歌おう/I Love Songクラブ)	9 10:30～ らくらくピアノ プラットと京あるき(チャレンジ京都検定)時間場所は案内チラシを参照ください。
← 「切り絵展 & 絵画展(～11/4)」 →						
10 14:00～ あらしやま公開講座 「認知症との付き合い方」	11 10:30～ 手芸を楽しむ会① 14:00～ 手芸を楽しむ会② 14:00～ 詩吟の会	12 13:30～ マジックショー(ミスター中川)	13 14:00～ 気軽に陶芸 13:00～ BGMピアノ	14 除草活動 13:30～ 書道教室 13:00～ BGMピアノ	15 10:30～ 繁と守の書家 	16 9:30～ 60歳以上男性の筋トレ&ストレッチ
17 14:00～ ミニコンサート(小西庸平ピアノ)	18 10:30～ 絵手紙教室① 13:30～ 絵手紙教室② 14:00～ 詩吟の会	19	20 13:00～ BGMピアノ	21 14:00～ 声に出して読む会 13:00～ BGMピアノ	22 9:30～ いきいき筋トレ① 10:45～ いきいき筋トレ②	23 10:30～ らくらくピアノ
24 	25 14:00～ ミニコンサート(二胡の日/PINO)	26	27 はじめての二胡 10:00～初・中級 11:00～入門 13:00～ BGMピアノ	28 除草活動 14:00～ ミニコンサート(ヘルマンハーブ/アンサンブルグレース) ← 「小規模多機能型サービス内覧会(10:00～)」	29 13:30～ ボランティアの会 議	30 9:30～ 60歳以上男性の筋トレ&ストレッチ



日	月	火	水	木	金	土	10
		1	2	3	4	5	
6	7	8	9	10	11	12	2019
13	14	15	16	17	18	19	
20	21	22	23	24	25	26	
27	28	29	30	31			

日	月	火	水	木	金	土	12
1	2	3	4	5	6	7	
8	9	10	11	12	13	14	2019
15	16	17	18	19	20	21	
22	23	24	25	26	27	28	
29	30	31					

回覧用 印

健光園あらしやま

075(881)2211
