

# アクティビティカレンダー

## 12月



SOMPOケア ラヴィーレ  
ラヴィーレ光が丘公園

| 月                                                                              | 火                                                                     | 水                                                                    | 木                                                                                     | 金                                                                           | 土                                                                                          | 日                                                                        |
|--------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|
| <b>1</b><br>9:15 朝のフィットネス 4階<br>9:30 青空散歩 ホーム周辺<br>13:45 介護予防体操 レストラン          | <b>2</b><br>9:15 朝のフィットネス 4階<br>9:30 青空散歩 ホーム周辺<br>13:30 キープアップ体操 各階  | <b>3</b><br>9:15 朝のフィットネス 4階<br>9:30 青空散歩 ホーム周辺<br>14:00 SSAP レストラン  | <b>4</b><br>9:15 朝のフィットネス 4階<br>9:30 青空散歩 ホーム周辺<br>14:00 言葉遊び 4階                      | <b>5</b><br>9:15 朝のフィットネス 4階<br>9:30 青空散歩 ホーム周辺<br>14:00 ダンス練習 4階           | <b>6</b><br>9:15 朝のフィットネス 4階<br>9:30 青空散歩 ホーム周辺<br>14:00 絵手紙 レストラン<br>クリスマスver             | <b>7</b><br>9:15 朝のフィットネス 4階<br>9:30 青空散歩 ホーム周辺<br>14:00 ラヴィ体操 レストラン     |
| <b>8</b><br>9:15 朝のフィットネス 4階<br>9:30 青空散歩 ホーム周辺<br>14:00 クリスマス準備 レストラン         | <b>9</b><br>9:15 朝のフィットネス 4階<br>9:30 青空散歩 ホーム周辺<br>13:30 キープアップ体操 各階  | <b>10</b><br>9:15 朝のフィットネス 4階<br>9:30 青空散歩 ホーム周辺<br>14:00 SSAP レストラン | <b>11</b><br>9:15 朝のフィットネス 4階<br>9:30 青空散歩 ホーム周辺<br>14:00 習字セミナー レストラン                | <b>12</b><br>9:15 朝のフィットネス 4階<br>9:30 青空散歩 ホーム周辺<br>13:45 フラワーアレンジメント レストラン | <b>13</b><br>9:15 朝のフィットネス 4階<br>9:30 青空散歩 ホーム周辺<br>14:00 ダンス練習 4階                         | <b>14</b><br>9:15 朝のフィットネス 4階<br>9:30 青空散歩 ホーム周辺<br>14:00 ピアノコンサート レストラン |
| <b>15</b><br>9:15 朝のフィットネス 4階<br>9:30 青空散歩 ホーム周辺<br>13:45 介護予防体操 レストラン         | <b>16</b><br>9:15 朝のフィットネス 4階<br>9:30 青空散歩 ホーム周辺<br>13:30 キープアップ体操 各階 | <b>17</b><br>9:15 朝のフィットネス 4階<br>9:30 青空散歩 ホーム周辺<br>14:00 SSAP レストラン | <b>18</b><br>9:15 朝のフィットネス 4階<br>9:30 青空散歩 ホーム周辺<br>14:00 言葉遊び 14:00                  | <b>19</b><br>9:15 朝のフィットネス 4階<br>9:30 青空散歩 ホーム周辺<br>13:45 ミヤモト移動販売 14:00    | <b>20</b><br>9:15 朝のフィットネス 4階<br>9:30 青空散歩 ホーム周辺<br>14:00 クリスマス会 レストラン<br>歌・カラオケ・ダンス・プレゼント | <b>21</b><br>9:15 朝のフィットネス 4階<br>9:30 青空散歩 ホーム周辺<br>14:00 朗読会 レストラン      |
| <b>22</b><br>9:15 朝のフィットネス 4階<br>9:30 青空散歩 ホーム周辺<br>14:00 ~ 衣料訪問販売 レストラン 15:00 | <b>23</b><br>9:15 朝のフィットネス 4階<br>9:30 青空散歩 ホーム周辺<br>13:30 キープアップ体操 各階 | <b>24</b><br>9:15 朝のフィットネス 4階<br>9:30 青空散歩 ホーム周辺<br>14:00 ボッチャ レストラン | <b>25</b><br>9:15 朝のフィットネス 4階<br>9:30 青空散歩 ホーム周辺<br>14:00 習字セミナー レストラン                | <b>26</b><br>9:15 朝のフィットネス 4階<br>9:30 青空散歩 ホーム周辺<br>14:00 カラオケ 4階           | <b>27</b><br>9:15 朝のフィットネス 4階<br>9:30 青空散歩 ホーム周辺<br>12:45 クリスマス&子ども食堂 レストラン                | <b>28</b><br>9:15 朝のフィットネス 4階<br>9:45 わんちゃんふれあい カフェ<br>14:00 水墨画 レストラン   |
| <b>29</b><br>9:15 朝のフィットネス 4階<br>9:30 青空散歩 ホーム周辺<br>14:00 キネマ倶楽部 4階            | <b>30</b><br>9:15 朝のフィットネス 4階<br>9:30 青空散歩 ホーム周辺<br>13:30 キープアップ体操 各階 | <b>31</b><br>9:15 朝のフィットネス 4階<br>9:30 青空散歩 ホーム周辺<br>14:00 紅白歌合戦 4階   |  |                                                                             |                                                                                            |                                                                          |

2025年 11月24日現在