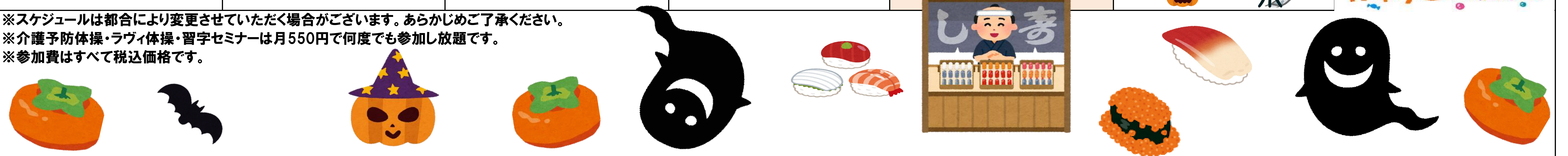


アクティビティカレンダー 10月

SOMPOケア ラヴィーレ
光が丘公園

月	火	水	木	金	土	日
			1 9:30 青空散歩 ホーム周辺 10:30 朝のフィットネス レストラン 14:00 言葉遊び レストラン	2 9:30 青空散歩 ホーム周辺 10:30 朝のフィットネス レストラン 14:00 脳トレ レストラン	3 9:30 青空散歩 ホーム周辺 10:30 朝のフィットネス レストラン 14:00 絵手紙 レストラン	4 9:30 青空散歩 ホーム周辺 10:30 朝のフィットネス レストラン 14:00 誕生日会 カラオケ レストラン
5 9:30 青空散歩 ホーム周辺 10:30 朝のフィットネス レストラン 13:30 介護予防体操 レストラン	6 9:30 青空散歩 ホーム周辺 10:30 朝のフィットネス レストラン 13:30 キープアップ体操 各階	7 9:30 青空散歩 ホーム周辺 10:30 朝のフィットネス レストラン 14:00 SSAP レストラン	8 9:30 青空散歩 ホーム周辺 10:30 朝のフィットネス レストラン 13:45 習字セミナー レストラン	9 9:30 青空散歩 ホーム周辺 10:30 朝のフィットネス レストラン 13:45 フラワーアレンジメント レストラン 参加費:2750円	10 9:30 青空散歩 ホーム周辺 10:30 朝のフィットネス レストラン 14:00 健康講座 レストラン	11 9:30 青空散歩 ホーム周辺 10:30 朝のフィットネス レストラン 14:00 ラヴィ体操 レストラン
12 9:30 青空散歩 ホーム周辺 10:30 朝のフィットネス レストラン 14:00 めり絵 レストラン	13 9:30 青空散歩 ホーム周辺 10:30 朝のフィットネス レストラン 13:30 キープアップ体操 各階	14 9:30 青空散歩 ホーム周辺 10:30 朝のフィットネス レストラン 14:00 ヨガ体操 レストラン 参加費:330円	15 9:30 青空散歩 ホーム周辺 10:30 朝のフィットネス レストラン 14:00 歌声喫茶 レストラン 参加費:550円	16 9:30 青空散歩 ホーム周辺 10:30 朝のフィットネス レストラン 14:00 ミヤモト移動販売 レストラン	17 9:30 青空散歩 ホーム周辺 10:30 朝のフィットネス レストラン 14:00 絵手紙 レストラン	18 9:30 青空散歩 ホーム周辺 10:30 朝のフィットネス レストラン 14:00 カラオケ レストラン
19 9:30 青空散歩 ホーム周辺 10:30 朝のフィットネス レストラン 13:30 介護予防体操 レストラン	20 9:30 青空散歩 ホーム周辺 10:30 朝のフィットネス レストラン 13:30 キープアップ体操 各階	21 9:30 青空散歩 ホーム周辺 10:30 朝のフィットネス レストラン 14:00 コンサート レストラン	22 9:30 青空散歩 ホーム周辺 10:30 朝のフィットネス レストラン 13:45 習字セミナー レストラン	23 9:30 青空散歩 ホーム周辺 10:30 朝のフィットネス レストラン 14:00 ちぎり絵 レストラン	24 9:30 青空散歩 ホーム周辺 10:30 朝のフィットネス レストラン 12:45 子ども食堂 レストラン	25 9:30 青空散歩 ホーム周辺 10:30 朝のフィットネス レストラン 14:00 水墨画 レストラン 参加費:1500円
26 9:30 青空散歩 ホーム周辺 10:30 朝のフィットネス レストラン 14:00 ラヴィ体操 レストラン	27 9:30 青空散歩 ホーム周辺 10:30 朝のフィットネス レストラン 13:30 キープアップ体操 各階	28 9:30 青空散歩 ホーム周辺 10:30 朝のフィットネス レストラン 14:00 ヨガ体操 レストラン 参加費:330円	29 9:30 青空散歩 ホーム周辺 10:30 朝のフィットネス レストラン 14:00 脳トレ レストラン	30 9:30 青空散歩 ホーム周辺 10:30 朝のフィットネス レストラン 11:00 寿司キャラバン レストラン	31 9:30 青空散歩 ホーム周辺 10:30 朝のフィットネス レストラン 14:00 キネマ倶楽部 レストラン	

※スケジュールは都合により変更させていただく場合がございます。あらかじめご了承ください。
※介護予防体操・ラヴィ体操・習字セミナーは月550円で何度でも参加し放題です。
※参加費はすべて税込価格です。



スケジュールは都合により変更させていただく場合がございます。あらかじめご了承ください。

2026/10/3