



いきいき倶楽部カレンダー 10月



	日	月	火	水	木	金	土
					1	2	3
午前	参加費は330円(税込)です。※いけばな療法は別料金となります。販売・オンラインアクティビティ・脳と身体の健康教室の参加は無料です。 都合によりスケジュールが変更になる場合があります。ご了承くださいませ。				10:30~11:00 朝の体操	10:00~11:00 いけばな教室	10:30~11:00 朝の体操
午後					14:00~15:30 出口ふれあいカフェ	10:30~11:00 ゆうやとすまいるエクササイズ	14:00~15:00 ゆうやとハッピーフライデー
販売						14:00~15:00 懐メロプリンス中田亮の リクエストコンサート	
	4	5	6	7	8	9	10
午前	10:30~11:00 朝の体操	10:00~11:00 音楽運動教室	10:30~11:00 ゆうやとすまいるエクササイズ	10:00~11:00 書道教室	10:00~11:00 脳いきいき講座	10:30~11:00 コリスライブの朝トレ	10:30~11:00 朝の体操
午後	14:00~15:00 カラオケ大会 月	14:00~15:00 ルネサンス体操	14:00~15:20 脳と身体の健康教室	14:00~15:00 ゆうやとハッピーフライデー	14:00~15:30 出口ふれあいカフェ	14:00~15:00 ゆうやとハッピーフライデー	14:00~ Go Up スタイル ファンファンレクリエーション
販売		14:00~14:30 移動スーパー	12:45~13:15 ヤクルト販売	10:30 パン販売	11:30 漬物販売	14:00~14:30 移動スーパー	14:00~16:00 刺しゅう教室
	11	12	13	14	15	16	17
午前	10:30~11:00 朝の体操	10:00~11:00 音楽セラピー	10:30~11:00 朝の体操	10:30~11:00 朝の体操	10:00~11:00 ヨガ教室	10:00~11:00 いけばな教室	10:30~12:30 子ども食堂
午後	14:00~15:00 カラオケ大会 月	14:00~15:00 ルネサンス体操	14:00~15:20 脳と身体の健康教室	14:00~15:00 懐メロプリンス中田亮の エストコンサート	14:00~15:30 出口ふれあいカフェ	10:30~11:00 ゆうやとすまいるエクササイズ	14:00~15:00 ゆうやとハッピーフライデー
販売		14:00~14:30 移動スーパー	12:45~13:15 ヤクルト販売		14:00~14:30 移動スーパー	14:00~15:00 ラブリーチャミーの みんな楽しい音楽会	16:00~17:00 阪急スイーツ
	18	19	20	21	22	23	24
午前	10:30~11:00 朝の体操	10:00~11:00 音楽運動教室	10:30~11:00 朝の体操	10:00~11:00 書道教室	10:00~11:00 ヨガ教室	10:30~11:00 朝の体操	10:30~11:00 朝の体操
午後	14:00~15:00 カラオケ大会 月	14:00~15:00 ルネサンス体操	14:00~15:20 脳と身体の健康教室	14:00~15:00 あみの癒しのコンサート	14:00~15:30 出口ふれあいカフェ	14:00~15:00 中田亮の昭和歌謡ライブ	14:00~15:00 ゆうやとハッピーフライデー
販売		14:00~14:30 移動スーパー	12:45~13:15 ヤクルト販売		14:00~14:30 移動スーパー		
	25	26	27	28	29	30	31
午前	10:30~11:00 朝の体操	10:00~11:00 音楽セラピー	10:30~11:00 朝の体操	10:30~11:00 朝の体操	10:30~11:01 朝の体操	10:30~11:00 コリスライブの朝トレ	10:30~11:00 朝の体操
午後	14:00~15:00 カラオケ大会 月	14:00~15:00 リリムジカの音楽プログラム	14:00~15:20 脳と身体の健康教室	14:00~15:00 中田亮の昭和歌謡アルバム	14:00~15:31 出口ふれあいカフェ	14:00~15:00 ラブリーチャミーの 懐メロヒットパレード	14:00~16:00 映画観賞会 【わさお】
販売		14:00~14:30 移動スーパー	12:45~13:15 ヤクルト販売	10:30 パン販売	14:00~14:31 移動スーパー		