

2026年 10月 アクティビティ月間カレンダー



4 (日) 10:30 健康体操 外気浴・散歩 15:00 ティータイム 16:00 健康体操	5 (月) 10:30 総合アクティビティ 体操・脳トレ・歌・楽器 訪問理美容ディチャーム 13:00 製作アクティビティ 16:00 サーキット体操	6 (火) 10:30 OT瀬川体操(西) 10:30 健康体操 13:30 書道 15:00 ティータイム 16:00 サーキット体操	7 (水) 10:30 書道の会 10:30 買い物配車(カスミ) 13:00 製作アクティビティ 14:00 駅配車 16:00 サーキット体操	8 (木) 10:30 PT竹下体操 10:30 健康体操 13:00 製作アクティビティ 15:00 ティータイム 16:00 サーキット体操	9 (金) 10:30 OT瀬川体操 (2階東) 10:30 健康体操 15:00 ティータイム 16:00 サーキット体操	3 (土)  10:00 運営懇談会 14:00 有料(希望者のみ) 手芸・創作レクリエーション (3階図書コーナー)
11 (日)  13:30 歌声広場 (1階ロビー)	12 (月) スポーツの日 10:30 総合アクティビティ 体操・脳トレ・歌・楽器 訪問理美容Kplus 15:00 ティータイム 16:00 サーキット体操	13 (火)  10:30 スポーツ大会 13:30 ぬり絵 15:00 ティータイム 16:00 サーキット体操	14 (水) 10:30 書道の会 10:30 買い物配車(サンドラック) 13:00 製作アクティビティ 14:00 駅配車 16:00 サーキット体操	15 (木) 10:30 PT竹下体操 10:30 健康体操 13:00 製作アクティビティ 15:00 ティータイム 16:00 サーキット体操	16 (金) 10:30 OT瀬川体操 (3階) 10:30 健康体操 15:00 ティータイム 16:00 サーキット体操	17 (土)
18 (日) 10:30 健康体操 外気浴・散歩 15:00 ティータイム 16:00 健康体操	19 (月) 10:30 総合アクティビティ 体操・脳トレ・歌・楽器 13:00 読む会 15:00 ティータイム 16:00 サーキット体操	20 (火) 10:30 健康体操 体操・脳トレ・歌・楽器 13:30 ぬり絵 15:00 ティータイム 16:00 サーキット体操	21 (水) 10:30 書道の会 10:30 買い物配車(カスミ) 14:00 駅配車 15:00 ティータイム 16:00 サーキット体操	22 (木) 10:30 PT竹下体操 10:30 健康体操 13:00 製作アクティビティ 15:00 ティータイム 16:00 サーキット体操	23 (金) 10:30 OT瀬川体操 (2階東) 10:30 健康体操 15:00 ティータイム 16:00 サーキット体操	24 (土) 10:00 運営懇談会 
25 (日)  14:00 ピアノで歌おう懐かしい歌 (1階ロビー)	26 (月) 10:30 総合アクティビティ 体操・脳トレ・歌・楽器 13:00 製作アクティビティ 15:00 ティータイム 16:00 サーキット体操	27 (火) 10:30 OT瀬川体操(西) 10:30 健康体操 13:30 ぬり絵 15:00 ティータイム 16:00 サーキット体操	28 (水) 10:30 書道の会 10:30 買い物配車(しまむら) 13:00 製作アクティビティ 14:00 駅配車 16:00 サーキット体操	29 (木) 10:30 PT竹下体操 10:30 健康体操 13:00 製作アクティビティ 15:00 ティータイム 16:00 サーキット体操	30 (金) 10:30 OT瀬川体操 (1階) 10:30 健康体操 15:00 ティータイム 16:00 サーキット体操	31 (土)  ハロウィン

