

# 9月 カレンダー

# 三原台敬老館

日	月	火 ノーカーオケデイ	水	木	金	土
 <p><b>敬老の日</b></p>			<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content;"> <b>団体利用 受付 9時30分 ～</b> </div>	1	2	3
4	5	6		7	8	9
休館	にこやか体操 10時～10時45分	川柳道場 10時～11時30分	シニア・ヨガ 10時～11時	団体利用のない場合カラオケ(13時～16時30分)になります	健康いきいき体操 10時～11時	オンライン 施設対抗太鼓大会 ※後日掲示します
	Eスポーツ 13時30分～14時	マイ・ストレッチ 13時30分～14時30分	カラオケ 13時～16時30分		水彩色えんぴつ クラブ 10時～11時30分 13時30分～15時	
11	カラオケ 13時～16時30分 囲碁・将棋 13時～17時	囲碁・将棋 13時～17時	カラオケ 13時～16時30分 囲碁・将棋 13時～17時	カラオケ(13時～16時30分)になります	カラオケ 13時～16時30分 囲碁・将棋 13時～17時	カラオケ 13時～16時30分 囲碁・将棋 13時～17時
12	にこやか体操 10時～10時45分	骨盤 ストレッチ② 10時～11時	フラダンスクラブ 10時～11時	団体利用のない場合カラオケ(13時～16時30分)になります	骨盤 ストレッチ① 10時～11時	健康いきいき 体操 10時～11時
13	シニア・ヨガ 10時～11時		スマホ相談会 13時30分～15時		フレイル予防 オンライン講座 14時30分 ～15時30分	書道 10時～11時30分
14	Eスポーツ 13時30分～14時	囲碁・将棋 13時～17時	カラオケ 13時～16時30分	カラオケ(13時～16時30分)になります	カラオケ 13時～16時30分	カラオケ 13時～16時30分
15	カラオケ 13時～16時30分 囲碁・将棋 13時～17時		囲碁・将棋 13時～17時		カラオケ 13時～16時30分 囲碁・将棋 13時～17時	カラオケ 13時～16時30分 囲碁・将棋 13時～17時
16	17	18	19	20	21	22
休館	にこやか体操 スペシャルバージョン 10時～11時15分	にこにこ体操 10時～11時	シニア・ヨガ 10時～11時	健康いきいき 体操 10時～11時	マイ・ストレッチ 10時～11時	秋分の日  <b>休館</b>
	施設対抗オンライン ボーリング大会 13時～14時30分	合唱カラオケ横丁 13時30分～14時30分	レッツみはら レク体操 13時30分～14時15分	三原台 ポッチャーズ 13時30分～14時30分		
23	カラオケ 13時～16時30分 囲碁・将棋 13時～17時	睡眠健康セミナー &健康測定会 13時30分～16時30分	血管年齢測定 13時30分～15時	団体利用のない場合カラオケ(13時～16時30分)になります	カラオケ 13時～16時30分 囲碁・将棋 13時～17時	
24	25	26	27	28	29	30
休館	にこやか体操 10時～10時45分	骨盤 ストレッチ② 10時～11時	フラダンス クラブ 10時～11時	団体利用のない場合カラオケ(13時～16時30分)になります	作ってみよう 10時～11時30分 13時30分～15時	
	Eスポーツ 13時30分～14時		カラオケ 13時～16時30分			
31	カラオケ 13時～16時30分 囲碁・将棋 13時～17時	囲碁・将棋 13時～17時	カラオケ 13時～16時30分 囲碁・将棋 13時～17時	カラオケ(13時～16時30分)になります	囲碁・将棋 13時～17時	
ご利用の際は次のことを守ってください				10月の事業申込		
①手洗い、手指消毒。②マスクの着用。③30分に1回、部屋の換気。④使用した机・椅子・備品などは、各自でアルコール消毒を行う。⑤お飲み物は、ご持参ください。 ※浴室利用は当面の間、休止します。				9月21日(水)～9月24日(土) 結果発表9月27日(火) 抽選に外れた方へ10時～11時の間電話します 留守番電話に入っている時は折り返してください		