

2025年
10月

※毎朝の「ラジオ体操／朝の集い」等々は、集合時間を決めずに、様子をみながらのスタートとなります。
※プログラムの参加・不参加は自由です。ご自分のペースを大切に、ゆったりお過ごしください。



| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|--|---|---|---|---|----|
| | | | 1 ラジオ体操/朝の集い ●13:30～15:30 秋のウォーキング 【雨天中止】 | 2 ラジオ体操/朝の集い ●13:10～16:10頃 室内カラオケ 秋風にのせて、好きな歌を響かせよう♪ | 3 ●10:00～13:30 昼食会&掃除 ●13:30～14:30 SST (Social Skills Training) 対人関係勉強会 | 4 |
| | | | | | | |
| 5 | 6 ●10:00～13:30 昼食会&掃除 ●13:30～14:30 中秋の名月 真昼のお月見 お茶会 | 7 ラジオ体操/朝の集い ●13:30～15:30 ボランティアさん 編み物 教室 初心者歓迎♪ | 8 ラジオ体操/朝の集い ●13:30～14:30 集中力の向上と 心の安らぎをもたらす まんだら塗り絵 | 9 ラジオ体操/朝の集い ●13:10～14:30頃 体力測定& 豆つかみ大会 | 10 【遠足】 雨天決行・荒天中止 閉所します ご注意ください | 11 |
| 12 | 13 祝日 | 14 ラジオ体操/朝の集い ●13:30～14:30 “毎日の幸せ”や “心の安定”につながる 金銭管理 勉強会 | 15 ラジオ体操/朝の集い ●13:30～14:30 ハンドメイド 靴下ハギレ・ミサンガ | 16 ラジオ体操/朝の集い ●13:10～16:10 室内カラオケ 秋風にのせて、好きな歌を響かせよう | 17 ●10:00～13:30 昼食会&掃除 ●13:30～14:30 「ファイナルファンタジー」 思いを語り合うサークル ゲーム経験問わず大歓迎 | 18 |
| 19 | 20 ●10:00～13:30 昼食会&掃除 ●13:30～15:30 外出ウィンドウ ショッピング (車移動7名まで) | 21 ラジオ体操/朝の集い ●13:30～15:30 ボランティアさん 編み物 教室 初心者歓迎♪ | 22 ラジオ体操/朝の集い ●13:30～14:30 呼吸と動きで バランスを整える DVD ヨガの時間 | 23 ラジオ体操/朝の集い ●13:00～15:30頃 テニスサークル 【雨天中止】 参加費 150円 | 24 ●10:00～13:30 昼食会&掃除 ●13:30～14:30 奈良県みん芸 【ビッグ幡 in 東大寺】 選考結果報告会 | 25 |
| 26 | 27 ●10:00～13:00 昼食会 ●13:10～16:10 室内カラオケ 思い出の曲で リフレッシュしよう～♪ | 28 ラジオ体操/朝の集い ●13:30～14:30 第47回 卓球選手権大会 (賞状&景品付き♪) | 29 ラジオ体操/朝の集い ●13:30～14:30 心の旅に出かける スケッチ会 | 30 ラジオ体操/朝の集い ●13:30～14:30 “毎日の幸せ”や “心の安定”につながる 金銭管理 勉強会 | 31 ●10:00～13:30 昼食会&掃除 ●13:30～14:30 ハロウィンお茶会 仮装なしでハロウィン 気分を満喫♪ | 1 |

【編み物】 10/7日(火)・21日(火)

編み物講師ボランティアさんが、丁寧に、ご指導くださいます♪
当日参加 OK まずは無料でチャレンジ。ふるってご参加ください！



【テニスサークル】 10/23日(木)

秋になったので再開します。【雨天中止】←天候による中止の判断はテニスコート管理者によります。詳しくはスタッフ迄 Tel 下さい。

Christmas クリスマス会 出演者募集中～♪



12月12日(金)13:30～15:30頃

12月15日(月)13:30～15:30頃

会費:500円(クリスマスケーキ・菓子・飲み物・プレゼント)

エントリー締め切り: 11月14日(金)

1ステージ→5分前後(出場&退場トータルで10分程度)

演目の合間にゲームや思い出動画の放映を盛り込みながら進行します！

歌/演奏/ダンス/トーク/朗読/モノマネ/紙芝居/漫才/手品/寸劇 等々

ご都合の
合う日で
参加
してね

2025年の締めくくりに Let's try!

【キャッチボール&ティーボール】

11月頃 実施予定【雨天中止】

詳細は、スタッフまでお問合せ下さい。

※参加費として芝運動公園グランド利用料 1人300円程度が必要です。



日々の習慣として天気予報や災害情報をチェックしよう！

警報発令時の対応についてのお願い

●午前8時30分現在、市内に警報発令されている場合【自宅待機】

●午後1時現在で、警報が引き続き発令されている場合は【休所】

●所滞在中の発令については、状況を見ての判断になります。

