

平成25年 10月行事予定

日曜	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜
		1 ・朝の体操 10:30～ ・写経(写佛) 11:00～ ・お楽しみプログラム	2 ・朝の体操 10:30～ ・写経(写佛) 11:00～ ・民謡を楽しもう 14:00～ (水田さん)	3 ・朝の体操 10:30～ ・写経(写佛) 11:00～ ・体操で健康に 14:00～(蒲田先生)	4 ・朝の体操 10:30～ ・写経(写佛) 11:00～ ・お楽しみプログラム	5 ・朝の体操 10:30～ ・写経(写佛) 11:00～ ・アイスクリームを作ろう
6	7 ・朝の体操 10:30～ ・写経(写佛) 11:00～ ・ジェントル麻雀で頭の体操 (下田先生他) ・お楽しみプログラム	8 ・朝の体操 10:30～ ・写経(写佛) 11:00～ (宮田先生他) ・林さんの絵画展へ 出かけよう	9 ・朝の体操 10:30～ ・写経(写佛) 11:00～ ・体操で健康に 14:00～(蒲田先生)	10 ・朝の体操 10:30～ ・写経(写佛) 11:00～ ・ランチ:秋の味覚 さんまを食べよう ・日本の踊りを楽しもう 14:00～ (安川さん) 	11 ・朝の体操 10:30～ ・10月の歌 11:00～ (蒲田先生) ・写経(写佛) 14:00～	12 ・朝の体操 10:30～ ・写経(写佛) 11:00～ ・秋の散策
13	14 体育の日	15 ・朝の体操 10:30～ ・みんなで体操 11:00～ (後藤先生) ・写経(写佛) 14:00～ ・お庭で アフタヌーンティー 	16 ・朝の体操 10:30～ ・写経(写佛) 11:00～ ・秋のお出かけ	17 ・朝の体操 10:30～ ・写経(写佛) 11:00～ ・お楽しみプログラム	18 ・朝の体操 10:30～ ・写経(写佛) 11:00～ ・ランチ:秋の味覚 さんまを食べよう ・詩吟を楽しもう 14:00～(草野先生) 	19 ・朝の体操 10:30～ ・写経(写佛) 11:00～ ・体操で健康に 14:00～(蒲田先生) ・消防訓練
20	21 ・若返り体操 10:30～ (松本先生) ・写経(写佛) 11:00～ ・ジェントル麻雀で頭の体操 (下田先生他) ・ひまわり農園へ外出 	22 ・朝の体操 10:30～ ・写経(写佛) 11:00～ (宮田先生他) ・お話し会 14:00～ (森永先生) ・消防訓練	23 ・朝の体操 10:30～ ・写経(写佛) 11:00～ ・パン作りに挑戦! (前山先生) 	24 ・朝の体操 10:30～ ・写経(写佛) 11:00～ ・秋のお出かけ	25 ・朝の体操 10:30～ ・10月の花 11:00～(500円) (欧風花/渡辺先生) ・体操で健康に 14:00～(蒲田先生)	26 ・朝の体操 10:30～ ・10月の歌 11:00～ (蒲田先生) ・ランチ:秋の味覚 さんまを食べよう ・写経(写佛) 14:00～ 
27	28	29	30	31		

- ・若返り体操 10:30～
（松本先生）
- ・写経（写佛）11:00～
- ・消防訓練
- ・庭の手入れと
アフタヌーンティー



- ・朝の体操 10:30～
- ・写経（写佛）11:00～
- ・体操で健康に
14:00～（蒲田先生）

- ・朝の体操 10:30～
- ・写経（写佛）11:00～
- ・ランチ：秋の味覚
さんまを食べよう
- ・庭の手入れと
アフタヌーンティー



- ・朝の体操 10:30～
- ・絵手紙 11:00～
（阿部先生）（300円）
- ・ランチ：中華料理（林先生）
- ・若かりし時代の熊本
14:00～（内村先生）



※天候等により行事が変更になることがありますので、ご
確認ください。
※立上がり花壇、ぽぼろ菜園は随時手入れをします。

