2026年11月号 アンクラージュ大橋南・有料老人ホーム

リハビリサークル＆出張販売＆行事予定表

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3 文化の日	4 移動販売とくし丸	5	6 ヤクルト販売 移動販売とくし丸	7
多目的 10：00～ たなかクラブ ラジオ体操	多目的 10:00～ たなかクラブ 体操＆ウォーキング	多目的 10:00～ たなかクラブ 体操＆工作	多目的 10：00～ たなかクラブ 体操＆合唱	多目的 10：00～ たなかクラブ 体操＆合唱	多目的 10:00～ たなかクラブ 体操＆レクリエーション	多目的 10:00～ たなかクラブ 体操＆ゲーム
多目的 14：00～16：00 映画鑑賞	多目的 14:20～ 元気ハツラツ体操	多目的14：00 自立型筋トレ体操位 15：00～ 頭の体操 プリント問題 午前 2階 脳活＆嚥下訓練 午後 3階	多目的14:00～ 筋トレ・体操座位 多目的 14：00～ フラワーアレンジメント教室 午前 2階 脳活＆嚥下訓練 午後 3階	多目的14:00～ 頭の体操 多目的 14：00～ 麻雀・オセロ・囲碁同好会 午前 2階 脳活＆嚥下訓練 午後 3階	多目的 14:20～ いきいき健康エクササイズ 午前 2階 脳活＆嚥下訓練 午後 3階	多目的 14:20～ カラオケ 午前 2階 脳活＆嚥下訓練 午後 3階
午前 2階 午後 3階 脳活＆嚥下訓練						
8	9	10 ヤクルト販売 移動販売新生堂	11 移動販売とくし丸	12 散髪	13 ヤクルト販売 移動販売とくし丸	14
多目的 10：00～ たなかクラブ ラジオ体操	多目的 10:00～ たなかクラブ 体操＆ウォーキング	多目的 10：00～ たなかクラブ 体操＆工作	多目的 10：00～ たなかクラブ 体操＆スポーツレク	多目的 10：00～ たなかクラブ 体操＆合唱	多目的 10:00～ たなかクラブ 体操＆レクリエーション	多目的 10:00～ たなかクラブ 体操＆ゲーム
多目的 14：00～16：00 映画鑑賞	多目的 14:20～ 元気ハツラツ体操	多目的 14：00～ 自立型 筋トレ・体操立位 15：00～ 自立型 筋トレ・体操 頭の体操 プリント問題 午前 2階 脳活＆嚥下訓練 午後 3階	多目的 14：20～ 筋トレ・体操座位 和室14：00～ フラワーアレンジメント教室 15：00～ 長距離散策・ウオーキング 午前 2階 脳活＆嚥下訓練 午後 3階	多目的14:00～ 頭の体操 多目的 14：00～ 麻雀・オセロ・囲碁同好会 午前 2階 脳活＆嚥下訓練 午後 3階	多目的 14:20～ いきいき健康エクササイズ 午前 2階 脳活＆嚥下訓練 午後 3階	多目的 14:20～ カラオケ 午前 2階 脳活＆嚥下訓練 午後 3階
午前 2階 午後 3階 脳活＆嚥下訓練						
15	16	17 移動販売新生堂	18 誕生日会＆イベント食 移動販売とくし丸 イベント	19	20 移動販売とくし丸	21
多目的 10：00～ たなかクラブ ラジオ体操	多目的 10:00～ たなかクラブ 体操＆ウォーキング	多目的 10：00～ たなかクラブ 体操＆工作	多目的 10：00～ たなかクラブ 体操＆スポーツレク	多目的 10：00～ たなかクラブ 体操＆合唱	多目的 10：00～ たなかクラブ 体操＆レクリエーション	多目的 10:00～ たなかクラブ 体操＆ゲーム
多目的 14：00～16：00 映画鑑賞	多目的 14:20～ 元気ハツラツ体操	多目的 14：00～ 自立型 筋トレ・体操立位 15：00～ 自立型 筋トレ・体操立位 頭の体操 プリント問題 午前 2階 脳活＆嚥下訓練 午後 3階	多目的 14：20～ 筋トレ・体操 多目的 15：00～ 自立型 長距離散策 ウオーキング 午前 2階 脳活＆嚥下訓練 午後 3階	多目的14:00～ 頭の体操 多目的 14：00～ 麻雀・オセロ・囲碁同好会 午前 2階 脳活＆嚥下訓練 午後 3階	14：20～ いきいき健康エクササイズ 14：20～ 川柳 午前 2階 脳活＆嚥下訓練 午後 3階	多目的 14:20～ カラオケ 午前 2階 脳活＆嚥下訓練 午後 3階
午前 2階 午後 3階 脳活＆嚥下訓練						
22	23 勤労感謝の日	24 ヤクルト販売 移動販売新生堂	25 移動販売とくし丸	26	27 ヤクルト販売 移動販売とくし丸	28
多目的 10：00～ たなかクラブ ラジオ体操	多目的 10:00～ たなかクラブ 体操＆ウォーキング	多目的 10：00～ たなかクラブ 体操＆工作	多目的 10：00～ たなかクラブ 体操＆スポーツレク	多目的 10：00～ たなかクラブ 体操＆合唱	多目的 10:00～ たなかクラブ 体操＆レクリエーション	多目的 10:00～ たなかクラブ 体操＆ゲーム
多目的 14：00～16：00 映画鑑賞	多目的 14:20～ 元気ハツラツ体操	多目的 14：00～ 自立型 筋トレ・体操立位 15：00～ 頭の体操 プリント問題 午前 2階 脳活＆嚥下訓練 午後 3階	多目的 14：20～ 筋トレ・体操 和室14：00～ フラワーアレンジメント教室 15：00～ 長距離散策・ウオーキング 午前 2階 脳活＆嚥下訓練 午後 3階	多目的14:00～ 頭の体操 多目的 14：00～ 麻雀・オセロ・囲碁同好会 午前 2階 脳活＆嚥下訓練 午後 3階	多目的 14:20～ いきいき健康エクササイズ 午前 2階 脳活＆嚥下訓練 午後 3階	多目的 14:20～ カラオケ 午前 2階 脳活＆嚥下訓練 午後 3階
午前 2階 午後 3階 脳活＆嚥下訓練						
29	30 ヤクルト販売	11月中にお出かけのイベントを予定しています！！詳細は追ってお知らせいたします。	ヤクルトからお知らせ 11/3休 11/17休 となります。 人も地球も健康に Yakult	今月の川柳 朝夕は 涼しさ感じる 秋となり 匿名希望 北国は はや紅葉で はなやかに 池田ヒサ子様 吹く風に ふと足とめて 月仰ぐ 宗近伸子様		
多目的 10：00～ たなかクラブ ラジオ体操	多目的 10:00～ たなかクラブ 体操＆ウォーキング					
多目的 14：00～16：00 映画鑑賞	多目的 14:20～ 元気ハツラツ体操					
午前 2階 午後 3階 脳活＆嚥下訓練						