



Longlife Event Calendar

10
October
2026

Sunday (日)	Monday (月)	Tuesday (火)	Wednesday (水)	Thursday (木)	Friday (金)	Saturday (土)
予定が変更になることもございますので、 予めご了承ください。						
				1 10：00 なつかし音楽 14：00 ① 手芸倶楽部	2 10：00 百人一首 14：00 座ってヨガ ★ナイトシアター	3 10：00 かんたん体操 14：00 エンカサイズ
4 10：00 大人のぬりえ 13：00 上祖師谷神明社 みこし	5 10：00 口腔体操 14：00 カラオケ	6 10：00 手指体操 14：00 ネイルサロン(¥500)	7 10：00 顔ヨガ 14：00 ボッチャ	8 10：00 回想法 14：30 ナルドの集い	9 10：00 なつかし音楽 14：00 ① ちぎりアート ★ナイトバー	10 10：00 かんたん体操 14：00 絵手紙 (¥500)
11 10：00 百人一首 14：00 スクラッチアート	12 10：00 手指体操 14：00 大人のパズル スポーツの日	13 10：00 口腔体操 14：00 お菓子作り(¥500)	14 10：00 顔ヨガ 14：00 ① 手芸倶楽部	15 10：00 大人のぬりえ 14：00 ① フルーツde ティータイム	16 10：00 回想法 14：00 クッキングデー ★夜ヨガ	17 10：00 かんたん体操 14：00 書道(¥300)
18 10：00 なつかし音楽 14：00 ボッチャ	19 10：00 口腔体操 14：00 脳トレクイズ	20 10：00 手指体操 14：00 近隣散歩	21 10：00 顔ヨガ 14：00 臨床美術(¥3000)	22 10：00 回想法 14：00 ① ちぎりアート	23 10：00 大人のぬりえ 14：00 クッキングデー ★ナイトシアター	24 10：00 かんたん体操 14：00 LLクイズ
25 10：00 トランプ 14：00 カラオケ	26 10：00 手指体操 14：00 エンカサイズ	27 10：00 口腔体操 14：00 ビーズアート	28 10：00 顔ヨガ 14：00(¥500) モクテル作り	29 10：00 なつかし音楽 14：00 近隣散歩	30 10：00 百人一首 14：00 ① ハロウィンティータイム ★ハンドマッサージ	31 10：00 かんたん体操 14：00 スクラッチアート

秋色深まる季節となりました。朝夕の涼しさに、秋の訪れを感じます。
当ホームでは、秋の味覚やイベント行事を通じて、季節をお楽しみいただいております。
どうぞ自愛のうえ、実りの秋をお過ごしくださいませ。

ロングライフ成城支配人 岩本藍

