

	月	火	水	木	金	土
					1	2
AM					メンダンビ 10:00-12:30	休所
PM					メンダンビ 13:30-16:00	
	4	5	6	7	8	9
		ブレバレ 10:00	ブレバレ 10:00	ブレバレ 10:00		セレクト
AM	休所 文化の日の振り替え休日	LR ナイスボディ		やってみよう 忘年会実行委員①	メンダンビ 10:00-12:30	朝活のすすめ
PM		体力 卓球&スカッシュ	外部講師 市議会議員小郷ひな子さんとお話しよう	13:00閉所	メンダンビ 13:30-16:00	
	11	12	13	14	15	16
	ブレバレ 10:00	ブレバレ 10:00	ブレバレ 10:00	ブレバレ 10:00		セレクト
AM	LR ナイスボディ	ビジネス まもここ		外部講師 護身術②	メンダンビ 10:00-12:30	あんだす合同 セントポーリアで秋の味覚
PM	やってみよう ポテトチップス選手権	外部講師 さーちゃん先生	コミュニケーション カードゲームでコミュニケーション (ポケカ初心者もどうぞ)	コミュニケーション セントポーリアでレコードを聴こう	メンダンビ 13:30-16:00	
	18	19	20	21	22	23
	ブレバレ 10:00	ブレバレ 10:00	ブレバレ 10:00	ブレバレ 10:00		
AM	外部講師 バランススクールリフレッシュ編10-11			体力 ウォーキング	メンダンビ 10:00-12:30	休所
PM	LR えくすベランキング	外部講師 就活ファッション (骨格別似合うリクルートスーツ)	外部講師 ちょっとだけ俳句世界	13:00閉所	メンダンビ 13:30-16:00	
	25	26	27	28	29	30
		ブレバレ 10:00	ブレバレ 10:00	ブレバレ 10:00		就職者イベント
AM	LR ハレトーク ナイスボディ	やってみよう 忘年会実行委員②		熊野神社	メンダンビ 10:00-12:30	互助会について
PM	ブレバレ 午後バレ	外部講師 消防訓練	外部講師 ビーンさんと楽器でフリーセッション	コミュニケーション 出張！くみセカンド13:00-14:00	メンダンビ 13:30-16:00	