



# 令和2年 12月スケジュール



ウェルハイム・八王子

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
		1 ストレッチ体操 書道 ゆずクリニック 新館	2 ボール体操 筋トシ 移動スーパー てくしま パソコン教室	3 テレビ体操 	4 新指先体操 	5 みんなの体操 筋トシ 
6 健康診断 脳トシ 	7 朝の体操 理容 	8 ストレッチ体操 ちぎり絵 ゆずクリニック 本館	9 ボール体操 筋トシ 移動スーパー てくしま 黒沢眼科	10 テレビ体操 	11 新指先体操 寿司の日 	12 みんなの体操 筋トシ 
13 脳トシ 	14 朝の体操 	15 ストレッチ体操 書道 ゆずクリニック 新館	16 ボール体操 筋トシ 移動スーパー てくしま パソコン教室	17 テレビ体操 	18 新指先体操 寿司の日 	19 みんなの体操 筋トシ 
20 脳トシ 	21 朝の体操 	22 ストレッチ体操 絵手紙 ゆずクリニック 本館	23 ボール体操 筋トシ 移動スーパー てくしま	24 テレビ体操 	25 新指先体操 	26 みんなの体操 
27 脳トシ 	28 朝の体操 	29 ストレッチ体操 	30 ボール体操 	31 テレビ体操 		

美容 8日、22日（火曜日）  
美容 4日、11日、18日、25日（金曜日）  
理容 7日（月曜日）

## 入浴のご案内

新館大浴場入浴時間 女性 午前9時 ～午後1時半 午後5時～午後8時  
男性 午後1時半～午後5時 午後8時～午後10時

見守り及び介助入浴 月曜日午前 火曜日午前及び午後 水曜日午前 木曜日午前 金曜日午前 土曜日午前午後

※寿司の日は集中しすぎるため、2週に分けて実施します。別途ご案内いたします。

※書道・パソコン教室・絵手紙・華道は別途費用が必要です

※新型コロナウイルスの状況により、急遽中止とさせていただく場合もあります