

アンバーウェルネス

2026年10月

- 10/3(土) 江戸東京たてもの園に行こう♪
江戸時代にタイムスリップした気分になろう！江戸の世界観を楽しもう♪
- 10/10(土)りんご飴作り♪
美味しいりんご飴を作ろう♪
- 10/12(月祝)ミサンガを作ろう♪
願いを込めてオリジナルミサンガを作ろう♪
- 10/17(土)クレヨンしんちゃんの街春日部に行こう♪
クレヨンしんちゃんの街『春日部』をお散歩しよう！
- 10/24(土)ディズニーの周辺をお散歩しよう♪
ディズニーのBGMや雰囲気味わいながらお散歩しよう！
- 10/31(土)ハロウィンパーティー♪
ハロウィンパーティーをしよう！ご自宅からの仮装大歓迎！今年のスタッフの仮装は・・・
- 10/30(金)【ナイトプログラム】やのクッキング♪
初回は矢野さんの得意料理！『カレーライス』トレーニング後にみんなで食べよう♪



月	火	水	木	金	土	日
			1 トレーニング 13:00-18:00 ポッチャ 16:00-18:00	2 卓球 13:00-15:30 トレーニング 15:30-18:00 ■リラックス & リフレッシュ♪ 18:00-19:00	3 ■江戸東京 たてもの園に 行こう♪ 9:30-17:00	4
5 バドミントン 13:00-15:30 トレーニング 15:30-18:00 ■リラックス & リフレッシュ♪ 18:00-19:00	6 プール 13:00-15:30 トレーニング 16:00-18:00	7 トレーニング 15:00-18:00 ■リラックス & リフレッシュ♪ 18:00-19:00	8 トレーニング 13:00-18:00 ポッチャ 16:00-18:00	9 卓球 13:00-15:30 トレーニング 16:00-18:00	10 ■りんご飴作り♪ 9:30-15:00	11
12 ■ミサンガ を作ろう♪ 9:30-16:00	13 プール 13:00-15:30 トレーニング 16:00-18:00 ■リラックス & リフレッシュ♪ 18:00-19:00	14 トレーニング 15:00-18:00	15 トレーニング 13:00-18:00 モルック 16:00-18:00	16 卓球 13:00-15:30 トレーニング 16:00-18:00	17 ■しんちゃん の街『春日部』 の旅！ 9:30-17:00	18
19 モルック 13:00-15:30 トレーニング 15:30-18:00	20 プール 13:00-15:30 トレーニング 16:00-18:00	21 トレーニング 15:00-18:00 ■リラックス & リフレッシュ♪ 18:00-19:00	22 トレーニング 13:00-18:00 ポッチャ 16:00-18:00	23 卓球 13:00-15:30 トレーニング 16:00-18:00	24 ■ディズニー の周辺をお散歩♪ 9:30-15:00	25
26 モルック 13:00-15:30 トレーニング 15:30-18:00 ■リラックス & リフレッシュ♪ 18:00-19:00	27 プール 13:00-15:30 トレーニング 16:00-18:00	28 トレーニング 13:00-18:00	29 トレーニング 13:00-18:00 ポッチャ 16:00-18:00	30 バスケット13:00-15:30 30 トレーニング 15:30-18:00 ■やのクッキング♪ 18:00-19:30	31 ■ハロウィン パーティー♪ 9:30-15:00	



047-702-5113



047-702-5114



080-8132-0275 (細谷) / 080-7005-8829 (菅沢)