



# 10月活動予定表



	日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6	7
午前 午後 おやつ後		レクリエーション	☆個別趣味活動	おやつ作り	おやつ作り	脳トレゲーム	☆個別趣味活動
	8	9	10	11	12	13	14
午前 午後 おやつ後		運動会	運動会	書道/カラオケ	脳トレゲーム 詩吟の会	音楽会	☆華道/カラオケ
	15	16	17	18	19	20	21
午前 午後 おやつ後		音楽療法	ハワイアンバンド	茶道	マジックショー 詩吟の会	レクリエーション	絵手紙
	22	23	24	25	26	27	28
午前 午後 おやつ後		唱歌カルタ	☆個別趣味活動	☆華道/カラオケ	書道/カラオケ 詩吟の会	愛のピバーチェ	レクリエーション
	28	29	30	31			
午前 午後 おやつ後		チェアーヨガ	書道/カラオケ				

9日・10日は  
運動会！！  
今年の優勝は  
紅組？白組？  
お楽しみに♪



21日は  
絵手紙！！  
懐かしい知人や  
お友達に心をこ  
めて自作の絵手  
紙を送ってみま  
せんか？



30日は  
チェアーヨガ！！  
どんなポーズを  
決める事が出来  
るでしょうか？

## 【10月のお知らせ】

- \* 午前の活動は毎日『頭の体操』『全身健康いきいき体操』です。いきいき体操の今月の目標は【排せつ動作の強化】です。
- \* おやつ後は毎日『認知症予防体操』です。毎週木曜日に『詩吟の会』と不定期で『音楽の会』がありますので参加お待ちしております。
- \* ☆印が付いている活動は有料になります。事前にお申込み用紙を配布させていただきます。
- \* 活動は変更になる事があります。ご了承ください。

