



6月活動予定表



		水		木		金		土						
		1		2		3		4						
午前		脳トレ・体操		脳トレ・体操		脳トレ・体操		脳トレ・体操						
午後		癒しの時間		癒しの時間		癒しの時間		癒しの時間						
おやつ後		選択活動		音楽レク		書道		運動レク						
		認知症予防の体操		認知症予防の体操		認知症予防の体操		認知症予防の体操						
		日	月	火	水	木	金	土	日					
		5	6	7	8	9	10	11	11					
午前	休日	脳トレ・体操		脳トレ・体操		脳トレ・体操		脳トレ・体操		脳トレ・体操				
午後		癒しの時間		癒しの時間		癒しの時間		癒しの時間		癒しの時間				
おやつ後		書道		物当てゲーム		☆映画鑑賞		パターゴルフ		朗読会				
		認知症予防の体操		認知症予防の体操		認知症予防の体操		認知症予防の体操		認知症予防の体操				
		日	月	火	水	木	金	土	日					
		12	13	14	15	16	17	18	18					
午前	休日	脳トレ・体操		脳トレ・体操		脳トレ・体操		脳トレ・体操		脳トレ・体操				
午後		癒しの時間		癒しの時間		癒しの時間		癒しの時間		癒しの時間				
おやつ後		選択活動		書道		絵手紙		運動レク		体を動かそうゲーム				
		認知症予防の体操		認知症予防の体操		認知症予防の体操		認知症予防の体操		認知症予防の体操				
		日	月	火	水	木	金	土	日					
		19	20	21	22	23	24	25	25					
午前	休日	脳トレ・体操		脳トレ・体操		脳トレ・体操		脳トレ・体操		脳トレ・体操				
午後		癒しの時間		癒しの時間		癒しの時間		癒しの時間		癒しの時間				
おやつ後		☆映画鑑賞		七夕飾り作り		タオル掛けゲーム		書道		運動レク				
		認知症予防の体操		認知症予防の体操		認知症予防の体操		認知症予防の体操		認知症予防の体操				
		日	月	火	水	木								
		26	27	28	29	30								
午前	休日	脳トレ・体操		脳トレ・体操		脳トレ・体操						脳トレ・体操		
午後		癒しの時間		癒しの時間		癒しの時間						癒しの時間		
おやつ後		おむすびゲーム		選択活動		華道/DVD鑑賞		朗読会						
		認知症予防の体操		認知症予防の体操		認知症予防の体操		認知症予防の体操						

☆夏至☆
1年のうちでもっとも太陽が長く出ている日。
3度の食事・睡眠・水分をしっかりとって、本格的な夏の前に基礎体力を養っておきたいですね。



- ☆今月の選択活動
- 1) 紙うず巻きの吊るし飾り
 - 2) 7月カレンダー あさがお
 - 3) 刺し子
 - 4) 大人のぬり絵
 - 5) その他 (読書、DVD鑑賞、ゲーム、ゆっくりする、など)
- お好きな活動を1つ選んでいただきます

