

平成30年10月の行事予定

日	月	火	水	木	金	土
	1 	2 	3 	4 	5 	6
	歌って元気！ 心肺機能活性化 入浴 趣味活動 棒体操	上半身の運動 運動神経活性化 入浴 趣味活動 棒体操	心豊かにする 脳の活性化 入浴 趣味活動 棒体操	歌って元気！ 心肺機能活性化 入浴 趣味活動 棒体操	上半身の運動 運動神経活性化 入浴 趣味活動 棒体操	心豊かにする 脳の活性化 入浴 趣味活動 棒体操
7	8 	9 	10 	11 	12 	13
	上半身の運動 運動神経活性化 入浴 趣味活動 貯筋体操	手指の運動 脳の活性化 入浴 趣味活動 貯筋体操	歌と楽器演奏 心身の活性化 入浴 趣味活動 貯筋体操	手指の運動 脳の活性化 入浴 趣味活動 貯筋体操	手指の運動 脳の活性化 入浴 趣味活動 貯筋体操	上半身の運動 運動神経活性化 入浴 趣味活動 貯筋体操
14	15 	16 	17 	18 	19 	20
	心豊かに 自己表現力向上 入浴 趣味活動 ボール体操	心豊かにする 脳の活性化 入浴 趣味活動 ボール体操	上半身の運動 運動神経活性化 入浴 趣味活動 ボール体操	歌って元気！ 心肺機能活性化 入浴 趣味活動 ボール体操	上半身の運動 運動神経活性化 入浴 趣味活動 ボール体操	アラブの文化 異文化体験 入浴 趣味活動 ボール体操
21	22 	23 	24 	25 	26 	27
	歌と楽器演奏 全身の活性化 入浴 趣味活動 貯筋体操	上半身の運動 運動神経活性化 入浴 趣味活動 貯筋体操	歌って元気！ 心肺機能活性化 入浴 趣味活動 貯筋体操	上半身の運動 運動神経活性化 入浴 趣味活動 貯筋体操	集中力を高める 入浴 趣味活動 貯筋体操	歌って元気！ 心肺機能活性化 入浴 趣味活動 貯筋体操
28	29 	30 	31 			
	上半身の運動 運動神経活性化 入浴 趣味活動 棒体操	歌って元気！ 心肺機能活性化 入浴 趣味活動 棒体操	細やかな振り 集中力UP 入浴 趣味活動 棒体操			
	第3週は「かわり湯」 ☆ 10月はコスモス湯です！					
		第3週は「喫茶」 ☆おやつ時間に、コーヒーか紅茶をどうぞ！				