

令和2年5月の行事予定

日	月	火	水	木	金	土
					1 タオル体操	2 リハビリ体操
					上半身の運動 運動神経活性化 入浴 趣味活動 ボール体操	全身の運動 運動神経活性化 入浴 趣味活動 ボール体操
3	4 タオル体操	5 脳トレ	6 カラオケ大会	7 タオル体操	8 リハビリ体操	9 PM草地介護士歌おう会
	上半身の運動 運動神経活性化 入浴 趣味活動 貯筋体操	脳の活性化 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 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	全身の運動 運動神経活性化 入浴 趣味活動 貯筋体操	一緒に歌って 心身の活性化 入浴 趣味活動 貯筋体操
10	11 脳トレ	12 リハビリ体操	13 O×ゲーム	14 カラオケ大会	15 PMすごろく大会	16 脳トレ
	脳の活性化 集中力を高める 入浴 趣味活動 棒体操	全身の運動 運動神経活性化 入浴 趣味活動 棒体操	脳の活性化 上半身の運動 入浴 趣味活動 棒体操	歌って元気！ 心肺機能活性 入浴 趣味活動 棒体操	脳の活性化 集中・判断力の向上 入浴 趣味活動 棒体操	脳の活性化 集中力を高める 入浴 趣味活動 棒体操
17	18 チーム対抗ゲーム大会	19 チーム対抗ゲーム大会	20 リハビリ体操	21 O×ゲーム	22 PM草地介護士歌おう会	23 カラオケ大会
	協調性を高め 気分リフレッシュ 入浴 趣味活動 貯筋体操	協調性を高め 気分リフレッシュ 入浴 趣味活動 貯筋体操	全身の運動 運動神経活性化 入浴 趣味活動 貯筋体操	脳の活性化 上半身の運動 入浴 趣味活動 貯筋体操	一緒に歌って 心身の活性化 入浴 趣味活動 貯筋体操	歌って元気！ 心肺機能活性 入浴 趣味活動 貯筋体操
24	25 カラオケ大会	26 タオル体操	27 脳トレ	28 リハビリ体操	29 カラオケ大会	30 ビンゴ大会
	歌って元気！ 心肺機能活性 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	脳の活性化 集中力を高める 入浴 趣味活動 ボール体操	全身の運動 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 入浴 趣味活動 ボール体操	集中力を高める 入浴 趣味活動 ボール体操
31	今月の変わり湯 ☆5月は菖蒲湯です！					
	第3週は喫茶週間。 ☆おやつ時間に、コーヒーか紅茶をどうぞ！					