

# 令和2年11月の行事予定

日	月	火	水	木	金	土
1	2 	3 	4 	5 	6 	7 
	カラオケ大会 歌って元気！ 心肺機能活性化 入浴 趣味活動 ボール体操	はつらつ体操 全身の運動 運動神経活性化 入浴 趣味活動 ボール体操	タオル体操 上半身の運動 運動神経活性化 入浴 趣味活動 ボール体操	脳トレ 脳の活性化 集中力を高める 入浴 趣味活動 ボール体操	〇×ゲーム 脳の活性化 上半身の運動 入浴 趣味活動 ボール体操	カラオケ大会 歌って元気！ 心肺機能活性化 入浴 趣味活動 ボール体操
8	9 	10 	11 	12 	13 	14 
	はつらつ体操 全身の運動 運動神経活性化 入浴 趣味活動 貯筋体操	〇×ゲーム 脳の活性化 上半身の運動 入浴 趣味活動 貯筋体操	カラオケ大会 歌って元気！ 心肺機能活性化 入浴 趣味活動 貯筋体操	リハビリ体操 全身の運動 運動神経活性化 入浴 趣味活動 貯筋体操	脳トレ 脳の活性化 集中力を高める 入浴 趣味活動 貯筋体操	イントロクイズ でカラオケ 歌って元気！ 心肺機能活性化 入浴 趣味活動 貯筋体操
15	16 	17 	18 	19 	20 	21 
	リハビリ体操 全身の運動 運動神経活性化 入浴 趣味活動 棒体操	タオル体操 上半身の運動 運動神経活性化 入浴 趣味活動 棒体操	脳トレ 脳の活性化 集中力を高める 入浴 趣味活動 棒体操	カラオケ大会 歌って元気！ 心肺機能活性化 入浴 趣味活動 棒体操	はつらつ体操 全身の運動 運動神経活性化 入浴 趣味活動 棒体操	カラオケ大会 歌って元気！ 心肺機能活性化 入浴 趣味活動 棒体操
22	23 	24 	25 	26 	27 	28 
	選択雑学 クイズ 脳の活性化 集中力を高める 入浴 趣味活動 貯筋体操	はつらつ体操 全身の運動 運動神経活性化 入浴 趣味活動 貯筋体操	PM 映画会 心豊かにする 脳の活性化 入浴 趣味活動 貯筋体操	PM ボウリング 大会 全身運動気分 リフレッシュ 入浴 趣味活動 貯筋体操	PM草地介護士 歌おう会 一緒に歌って 心身の活性化 入浴 趣味活動 貯筋体操	カラオケ大会 歌って元気！ 心肺機能活性化 入浴 趣味活動 貯筋体操
29	30 					
1月カレンダー づくり 手指の運動 脳の活性化 入浴 趣味活動 ボール体操						
<p><b>第3週は「かわり湯」☆11月はもみじ湯です！</b></p> <p><b>第3週は喫茶週間。 ☆おやつの時間に、コーヒーか紅茶をどうぞ！</b></p> <p>※行事予定は変更になる場合がありますのでご了承下さい。</p>						

