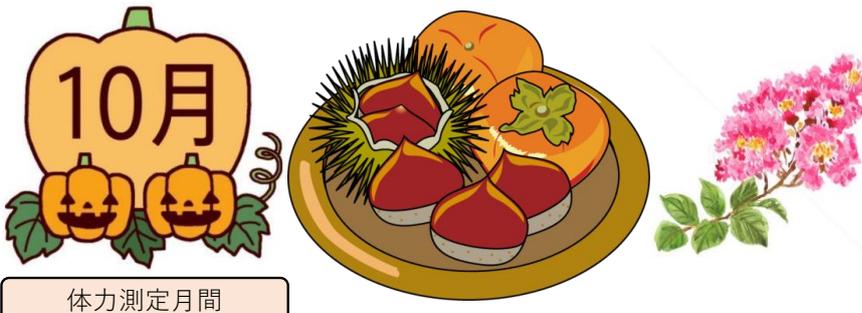


令和3年10月の行事予定

日	月	火	水	木	金	土
	 <p>体力測定月間</p>				<p>1</p>  <p>リハビリ体操</p> <p>全身の運動 運動神経活性化 入浴 趣味活動 棒体操</p>	<p>2</p>  <p>脳トレ</p> <p>脳の活性化 集中力を高める 入浴 趣味活動 棒体操</p>
3	<p>4</p>  <p>カラオケ大会</p> <p>歌って元気！ 心肺機能活性化 入浴 趣味活動 貯筋体操</p>	<p>5</p>  <p>リハビリ体操</p> <p>全身の運動 運動神経活性化 入浴 趣味活動 貯筋体操</p>	<p>6</p>  <p>タオル体操</p> <p>上半身の運動 運動神経活性化 入浴 趣味活動 貯筋体操</p>	<p>7</p>  <p>カラオケ大会</p> <p>歌って元気！ 心肺機能活性化 入浴 趣味活動 貯筋体操</p>	<p>8</p>  <p>雑学クイズ</p> <p>脳の活性化 集中力を高める 入浴 趣味活動 貯筋体操</p>	<p>9</p>  <p>リハビリ体操</p> <p>全身の運動 運動神経活性化 入浴 趣味活動 貯筋体操</p>
10	<p>11</p>  <p>リハビリ体操</p> <p>全身の運動 運動神経活性化 入浴 趣味活動 ポール体操</p>	<p>12</p>  <p>脳トレ</p> <p>脳の活性化 集中力を高める 入浴 趣味活動 ポール体操</p>	<p>13</p>  <p>AM リハビリ体操</p> <p>PM 選択活動</p> <p>全身の運動 自分で選ぶ 入浴 趣味活動 ポール体操</p>	<p>14</p>  <p>AM リハビリ体操</p> <p>PM 選択活動</p> <p>全身の運動 自分で選ぶ 入浴 趣味活動 ポール体操</p>	<p>15</p>  <p>AM はつらつ体操</p> <p>PM 映画会</p> <p>心豊かにする 脳の活性化 入浴 趣味活動 ポール体操</p>	<p>16</p>  <p>AM はつらつ体操</p> <p>PM 映画会</p> <p>心豊かにする 脳の活性化 入浴 趣味活動 ポール体操</p>
17	<p>18</p>  <p>雑学クイズ</p> <p>脳の活性化 集中力を高める 入浴 趣味活動 貯筋体操</p>	<p>19</p>  <p>タオル体操</p> <p>上半身の運動 運動神経活性化 入浴 趣味活動 貯筋体操</p>	<p>20</p>  <p>はつらつ体操</p> <p>全身の運動 運動神経活性化 入浴 趣味活動 貯筋体操</p>	<p>21</p>  <p>〇×クイズ</p> <p>脳の活性化 上半身の運動 入浴 趣味活動 貯筋体操</p>	<p>22</p>  <p>タオル体操</p> <p>上半身の運動 運動神経活性化 入浴 趣味活動 貯筋体操</p>	<p>23</p>  <p>はつらつ体操</p> <p>全身の運動 運動神経活性化 入浴 趣味活動 貯筋体操</p>
24	<p>25</p>  <p>タオル体操</p> <p>上半身の運動 運動神経活性化 入浴 趣味活動 棒体操</p>	<p>26</p>  <p>AM リハビリ体操</p> <p>PM 草地介護士の歌の会</p> <p>一緒に歌って 心身の活性化 入浴 趣味活動 棒体操</p>	<p>27</p>  <p>AM リハビリ体操</p> <p>PM 草地介護士の歌の会</p> <p>一緒に歌って 心身の活性化 入浴 趣味活動 棒体操</p>	<p>28</p>  <p>はつらつ体操</p> <p>全身の運動 運動神経活性化 入浴 趣味活動 棒体操</p>	<p>29</p>  <p>脳トレ</p> <p>脳の活性化 集中力を高める 入浴 趣味活動 棒体操</p>	<p>30</p>  <p>カラオケ大会</p> <p>歌って元気！ 心肺機能活性化 入浴 趣味活動 棒体操</p>
31	<p>第3週は「かわり湯」☆10月はコスモス湯です！</p> <p>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！</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> 					