

令和5年 9月の行事予定

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
午前					カラオケ	タオル体操
目的					歌って元気！ 心肺機能活性化	全身の運動 運動機能活性化
午後					趣味活動	趣味活動
目的					社交性を深める	社交性を深める
体操	貯筋体操	貯筋体操				
3	4	5	6	7	8	9
午前	○×クイズ	雑学クイズ	タオル体操	タオル体操	リハビリ体操	脳トレ
目的	脳の活性化	脳の活性化	全身の運動 運動機能活性化	全身の運動 運動機能活性化	全身の運動 運動神経活性化	脳の活性化 集中力を高める
午後	趣味活動	趣味活動	選択活動	選択活動	趣味活動	趣味活動
目的	社交性を深める	社交性を深める	自分で選ぶ 一緒に選ぶ	自分で選ぶ 一緒に選ぶ	社交性を深める	社交性を深める
体操	ポール体操	ポール体操	ポール体操	ポール体操	ポール体操	ポール体操
10	11	12	13	14	15	16
午前	雑学クイズ	○×クイズ	カラオケ	リハビリ体操	脳トレ	イントロドン
目的	脳の活性化	脳の活性化	歌って元気！ 心肺機能活性化	全身の運動 運動神経活性化	脳の活性化 集中力を高める	歌って元気！ 心肺機能活性化
午後	趣味活動	趣味活動	趣味活動 おやつ作り	趣味活動	趣味活動 おやつ作り	趣味活動
目的	社交性を深める	社交性を深める	社会性を深める	社交性を深める	社会性を深める	社交性を深める
体操	貯筋体操	貯筋体操	貯筋体操	貯筋体操	貯筋体操	貯筋体操
17	18	19	20	21	22	23
午前	敬老会雑学クイズ	敬老会雑学クイズ	敬老会雑学クイズ	雑学クイズ	○×クイズ	リハビリ体操
目的	脳の活性化	脳の活性化	脳の活性化	脳の活性化	脳の活性化	全身の運動 運動神経活性化
午後	敬老会	敬老会	敬老会	趣味活動	趣味活動	趣味活動
目的	長寿と健康を願う	長寿と健康を願う	長寿と健康を願う	社交性を深める	社交性を深める	社交性を深める
体操	棒体操	棒体操	棒体操	棒体操	棒体操	棒体操
24	25	26	27	28	29	30
午前	カラオケ	脳トレ	雑学クイズ	○×クイズ	タオル体操	タオル体操
目的	歌って元気！ 心肺機能活性化	脳の活性化 集中力を高める	脳の活性化	脳の活性化	全身の運動 運動機能活性化	全身の運動 運動機能活性化
午後	趣味活動	博愛ユニットの 歌おう会	博愛ユニットの 歌おう会	趣味活動	趣味活動	趣味活動
目的	社交性を深める	一緒に歌って 心身の活性化	一緒に歌って 心身の活性化	社交性を深める	社交性を深める	社交性を深める
体操	貯筋体操	貯筋体操	貯筋体操	貯筋体操	貯筋体操	貯筋体操

敬老会の日程の関係で、9月は9/11～の週が‘変わり湯’ 喫茶週間です

* 変わり湯 * 9月はひのき湯です

* 喫茶 * おやつ時間に、コーヒーか紅茶をどうぞ！

※行事予定は変更になる場合がありますのでご了承ください。

