



令和5年 10月の行事予定



日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
午前	〇×クイズ	音楽体操	カラオケ	脳トレ	タオル体操	リハビリ体操
目的	脳の活性化	全身の運動 運動機能活性化	脳の活性化 集中力を高める	脳の活性化 集中力を高める	全身の運動 運動機能活性化	全身の運動 運動神経活性化
午後	趣味活動	趣味活動	街角ビンゴ	趣味活動	趣味活動	選択活動
目的	社交性を深める	社交性を深める	社交性を深める 集中力を高める	社交性を深める	社交性を深める	自分で選ぶ 一緒に選ぶ
体操	ポール体操	ポール体操	ポール体操	貯金体操	貯金体操	貯金体操
8	9	10	11	12	13	14
午前	タオル体操	タオル体操	雑学クイズ	タオル体操	リハビリ体操	雑学クイズ
目的	全身の運動 運動機能活性化	全身の運動 運動機能活性化	脳の活性化 集中力を高める	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	選択活動	選択活動	趣味活動	趣味活動	趣味活動	趣味活動
目的	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	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
15	16	17	18	19	20	21
午前	雑学クイズ	雑学クイズ	〇×クイズ	リハビリ体操	リハビリ体操	〇×クイズ
目的	脳の活性化 集中力を高める	脳の活性化 集中力を高める	脳の活性化	全身の運動 運動神経活性化	全身の運動 運動神経活性化	脳の活性化
午後	趣味活動	趣味活動	趣味活動	趣味活動	趣味活動	趣味活動
目的	社交性を深める	社交性を深める	社交性を深める	社交性を深める	社交性を深める	社交性を深める
体操	貯金体操	貯金体操	貯金体操	貯金体操	貯金体操	貯金体操
22	23	24	25	26	27	28
午前	音楽体操	はつらつ体操	はつらつ体操	〇×クイズ	カラオケ	タオル体操
目的	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 運動機能活性化	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	貯金体操	貯金体操	貯金体操	ポール体操	ポール体操	ポール体操
29	30	31	 			
午前	脳トレ	雑学ハロウィンク イズ☆				
目的	脳の活性化 集中力を高める	脳の活性化 集中力を高める				
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	貯金体操	貯金体操				
<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> <div style="text-align: center;">  </div> <div style="text-align: center;"> <p>*喫茶* 15～21日の週になります。コーヒーか紅茶をどうぞ！</p> <p>12日、13日はあんみつ  作りの日です！</p> <p>*変わり湯* 10月は秋桜の湯になります。</p> <p>※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。</p> </div> <div style="text-align: center;">  </div> </div>						