

2026年

	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
午前				体重測定・朝の会・今月の歌		体重測定・朝の会・今月の歌
				リハビリ体操		リハビリ体操
午後の体操(転倒予防)				午後の体操(転倒予防)		
カラオケ 大人の自由時間				音楽レク		
午後				テーブルゲーム		
	5	6	7	8	9	10
午前	朝の会・今月の歌	朝の会・今月の歌	朝の会・今月の歌	朝の会・今月の歌	朝の会・今月の歌	朝の会・今月の歌
	リハビリ体操	リハビリ体操	リハビリ体操	リハビリ体操	リハビリ体操	リハビリ体操
午後	午後の体操(首肩ストレッチ)	午後の体操(首肩ストレッチ)	午後の体操(首肩ストレッチ)	午後の体操(首肩ストレッチ)	午後の体操(首肩ストレッチ)	午後の体操(首肩ストレッチ)
	おもいほいゲーム	おもいほいゲーム	テーブルゲーム	みおん(琴・横笛)	川柳・俳句・自由時間	宝くじゲーム
	12	13	14	15	16	17
午前	朝の会・今月の歌・かわり湯	朝の会・今月の歌・かわり湯	朝の会・今月の歌・かわり湯	朝の会・今月の歌・かわり湯	朝の会・今月の歌・かわり湯	朝の会・今月の歌・かわり湯
	リハビリ体操	リハビリ体操	リハビリ体操	リハビリ体操	リハビリ体操	リハビリ体操
午後	午後の体操(失禁予防)	午後の体操(失禁予防)	午後の体操(失禁予防)	午後の体操(失禁予防)	午後の体操(失禁予防)	午後の体操(失禁予防)
	だいこんプラス	言葉集めゲーム	ワクワク絵本	関さと子ショー	テーブルゲーム	アンサンブル 音の花束
	19	20	21	22	23	24
午前	朝の会・今月の歌	朝の会・今月の歌	朝の会・今月の歌	朝の会・今月の歌・誕生会	朝の会・今月の歌・誕生会	朝の会・今月の歌・誕生会
	リハビリ体操	リハビリ体操	リハビリ体操	リハビリ体操	リハビリ体操	リハビリ体操
午後	午後の体操(手指で脳トレ)	午後の体操(手指で脳トレ)	午後の体操(手指で脳トレ)	午後の体操(手指で脳トレ)	午後の体操(手指で脳トレ)	午後の体操(手指で脳トレ)
	書道・カレンダー作成 大人の自由時間	カレンダー作成 大人の自由時間	書道・カレンダー作成 大人の自由時間	カレンダー作成 大人の自由時間	脳トレ	脳トレ
	26	27	28	29	30	31
午前	朝の会・今月の歌	朝の会・今月の歌	朝の会・今月の歌	朝の会・今月の歌	朝の会・今月の歌	朝の会・今月の歌
	リハビリ体操	リハビリ体操	リハビリ体操	リハビリ体操	リハビリ体操・第9保育園	リハビリ体操
午後	午後の体操(リズム体操)	午後の体操(リズム体操)	午後の体操(リズム体操)	午後の体操(リズム体操)	午後の体操(リズム体操)	午後の体操(リズム体操)
	浅沼俊幸と楽しい仲間たち	カラオケ 大人の自由時間	カラオケ 大人の自由時間	カラオケ 大人の自由時間	カラオケ 大人の自由時間	カラオケ 大人の自由時間

※プログラム内容は変更になる場合もありますのでご了承ください。身体を動かして皆様が元気で笑顔になっていただける様、取り組んで行きます！

9月は雨が多かったですね。10月はスポーツの日(元体育の日)もありますし晴れが多いことを期待したいと思います。気候も涼しくなってきますので食欲の秋と言われているくらいですので夏に疲れて落ちた食欲、体力を取り戻すためにもたくさん食べましょう(私は制限しないといけませんが・・・(´;ω;`))