

令和4年7月予定表

東四つ木在宅サービスセンター

日	月	火	水	木	金 1	土 2
午前					レクリエーション 小グループ 脳トレ体操	小グループ 脳トレ体操
午後					暑中見舞いカード作り 姿勢改善体操 小物づくり	暑中見舞いカード作り 姿勢改善体操 陶芸
	4	5	6	7	8	9
午前	レクリエーション 小グループ 口腔体操	小グループ 口腔体操	小グループ 脳トレ体操	小グループ 脳トレ体操 華道	小グループ タオル体操	小グループ タオル体操
午後	暑中見舞いカード作り 姿勢改善体操 小物づくり	音楽 姿勢改善体操 小物づくり	暑中見舞いカード作り 姿勢改善体操 ちぎり絵	ハーモニカで歌おう 姿勢改善体操 小物づくり	音楽 姿勢改善体操 小物づくり	風船ゲーム 姿勢改善体操 7月の書道
	11	12	13	14	15	16
午前	レクリエーション 小グループ ペットボトル体操	小グループ ペットボトル体操 華道	小グループ ゴム体操	小グループ ゴム体操	小グループ 口腔体操	小グループ 口腔体操
午後	風船ゲーム 筋力体操 ちぎり絵	ハーモニカで歌おう 筋力体操 小物づくり	玉投げ童謡カルタ 筋力体操 絵手紙	おしゃれの会 筋力体操 ぬり絵	おしゃれの会 筋力体操 小物づくり	お茶会 筋力体操 ぬり絵
	18	19	20	21	22	23
午前	レクリエーション 小グループ 脳トレ体操 華道	小グループ 脳トレ体操	小グループ ペットボトル体操	小グループ ペットボトル体操	小グループ 音楽体操 華道	小グループ 音楽体操
午後	おしゃれの会 失禁予防体操 小物づくり	おしゃれの会 失禁予防体操 7月の書道	ブルーシートでパタパタゲーム 失禁予防体操 小物づくり	パタパタゲーム 失禁予防体操 絵手紙	太鼓でリズム 失禁予防体操 陶芸	ハーモニカで歌おう 失禁予防体操 絵手紙
	25	26	27	28	29	30
午前	レクリエーション 小グループ ゴム体操	小グループ ゴム体操	小グループ 脳トレ体操	小グループ 脳トレ体操	小グループ ペットボトル体操	小グループ ペットボトル体操
午後	うちわでパタパタゲーム 転倒予防体操 俳句の会	転倒予防体操 小物づくり	音楽 転倒予防体操 小物づくり	男性のお話会 転倒予防体操 小物づくり	ゆらっっこ玉入れ 転倒予防体操 俳句の会	転倒予防体操 小物づくり

暑中お見舞い申し上げます。

今年さらには猛暑になると言われています。感染予防のマスクもまだ必要とされていますが、人のいない所では外し、水分もしっかり取って熱中症にならないようお気を付けてください。

7月18日 海の日

センターは通常通り営業いたしております。
皆様のお越しをお待ちいたしております。

