

令和4年11月予定表

東四つ木在宅サービスセンター

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
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 ゴム体操	小グループ 脳トレリズム体操	小グループ 脳トレリズム体操
午後		テーブルホッケー 姿勢改善体操 小物づくり	テーブルホッケー 姿勢改善体操 小物づくり	華道 風船バレー 姿勢改善体操 小物づくり	風船バレー 姿勢改善体操 小物づくり	太鼓でリズム 姿勢改善体操 小物づくり
		レクリエーション				
	7	8	9	10	11	12
午前	レクリエーション					
	小グループ 音楽体操	小グループ 音楽体操	小グループ 脳トレリズム体操	小グループ 脳トレリズム体操	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	風船ゲーム 失禁予防体操 小物づくり	風船ゲーム 失禁予防体操 小物づくり	音楽 失禁予防体操 小物づくり	うちわでゲーム 失禁予防体操 ぬり絵	ハーモニカで歌おう 失禁予防体操 小物づくり	野球ゲーム 失禁予防体操 絵手紙
	レクリエーション					
	14	15	16	17	18	19
午前	レクリエーション					
	小グループ ゴム体操	小グループ ペットボトル体操	小グループ タオル体操	小グループ ペットボトル体操	小グループ 口腔体操	小グループ 口腔体操
午後	バランスゲーム 筋力体操 小物づくり 介護美容	華道 音楽 筋力体操 11月の書道	秋の収穫祭 筋力体操 小物づくり	秋の収穫祭 筋力体操 絵手紙	音楽 筋力体操 小物づくり	バランスゲーム 筋力体操 11月の書道 介護美容
	レクリエーション					
	21	22	23	24	25	26
午前	レクリエーション					
	小グループ 脳トレリズム体操	小グループ 脳トレリズム体操	小グループ にぎにぎ体操	小グループ にぎにぎ体操	小グループ タオル体操	小グループ ゴム体操
午後	華道 ハーモニカで歌おう 転倒予防体操 ちぎり絵	パタパタゲーム 転倒予防体操 小物づくり	パタパタゲーム 転倒予防体操 絵手紙	太鼓でリズム 転倒予防体操 小物づくり	華道 壁面創作 転倒予防体操 陶芸	壁面創作 転倒予防体操 小物づくり
	レクリエーション					
	28	29	30			
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 にぎにぎ体操	小グループ 脳トレリズム体操			
午後	壁面創作 筋力体操 小物づくり	うちわでゲーム 筋力体操 小物づくり	ハーモニカで歌おう 筋力体操 ちぎり絵			
	レクリエーション					

作品展のお知らせ

2日(水)～8日(火)9時～17時(最終日は15時まで)
6日(日)は休館致しますのでご了承ください。

11月14日(月) 11月19日(土)に
介護美容として足のケアを行います。
皆様のご参加お待ちしております

