

2022年

11月

虹の家なないろカレンダー



1日の流れ



レクリエーションの参加費に関しましては、御利用料金と一緒にご請求させていただきます。
天候が悪い場合は予定を変更する場合がありますので予めご了承下さい。

午前	9:00~	手洗い・うがい 健康チェック		1 (火)	2 (水)	3 (木)	4 (金)	5 (土)	
	9:30~	脳トレ 朝の会							
	10:30~	椅子体操 入浴	6 (日)	7 (月)	8 (火)	9 (水)	10 (木)	11 (金)	12 (土)
	11:50~	嚥下体操パタカラ	栗の置物作り			健康足湯		健康足湯	
			レクリエーション						
	12:00~	昼食	13 (日)	14 (月)	15 (火)	16 (水)	17 (木)	18 (金)	19 (土)
散歩ポイント2倍									
午後	13:00~	食後の リラックスタイム	シチューの日						
	13:30~	散歩 or レクリエーション	20 (日)	21 (月)	22 (火)	23 (水)	24 (木)	25 (金)	26 (土)
	15:00~	おやつ		栗ご飯			焼き芋	焼き芋	焼き芋
	15:30~	脳トレ or お楽しみプログラム	カレンダー作り						
	15:55~	頑張れ！立ち上がり 梅干し体操	27 (日)	28 (月)	29 (火)	30 (水)	31 (木)		
	16:15~	帰宅			蒸しケーキ	健康足湯 蒸しケーキ			