

# 2023年



## 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。

				1 (火)	2 (水)	3 (木)	4 (金)	5 (土)
午前	9:00~	手洗い・うがい 健康チェック		<b>かき氷の日</b> 	<b>かき氷の日</b> 			
	9:30~	脳トレ 朝の会	6 (日)	7 (月)	8 (火)	9 (水)	10 (木)	11 (金)
	10:30~	椅子体操						12 (土)
	11:50~	入浴 レクリエーション 嚥下体操パタカラ	13 (日)	14 (月)	15 (火)	16 (水)	17 (木)	18 (金)
	12:00~	昼食	<b>夏祭り</b> 焼きそば・五平餅 					
午後	13:00~	食後の リラックスタイム	20 (日)	21 (月)	22 (火)	23 (水)	24 (木)	25 (金)
	13:30~	散歩 or レクリエーション	<b>カレンダー作り</b> 	<b>冷やし中華・餃子</b> 			<b>梨の日</b> 	<b>梨の日</b> 
	15:00~	おやつ	27 (日)	28 (月)	29 (火)	30 (水)	31 (木)	
	15:30~	脳トレ or お楽しみプログラム			<b>夏</b> 	<b>足湯の日</b> 		
	15:55~	頑張れ！立ち上がり 梅干し体操						
16:15~	帰宅							