

2023年

9月

虹の家なないろカレンダー



※ レクリエーションの参加費に関しましては、ご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日の流れ



午 前	9:00~	手洗い・うがい 健康チェック					1(金) 飾り作り	2(土)
	9:30~	脳トレ 朝の会	3(日)	4(月)	5(火)	6(水)	7(木)	8(金) ★
前	10:30~	椅子体操 入浴						9(土)
	11:50~	レクリエーション 嚙下体操パタカラ	散歩2倍ポイント				散歩2倍ポイント	散歩2倍ポイント
午 後	12:00~	昼食	10(日)	11(月)	12(火)	13(水)	14(木)	15(金)
	13:00~	食後の リラックスタイム	昔遊び倶楽部 ~そろばん大会~ 	昔遊び倶楽部 ~そろばん大会~ 		昔遊び倶楽部 ~そろばん大会~ 	カレーの日 	
後	13:30~	散歩 or レクリエーション	17(日)	18(月)	19(火)	20(水)	21(木)	22(金)
	15:00~	おやつ				足湯の日 	足湯の日 	
後	15:30~	脳トレ or お楽しみプログラム	24(日)	25(月)	26(火)	27(水)	28(木)	29(金)
	15:55~	頑張り！立ち上がり 梅干し体操	敬老しようかんの日 	還暦 古希	敬老しようかんの日 	喜寿 傘寿	米寿 卒寿	白寿 茶寿
	16:15~	帰宅						30(土)