2024年

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頂きます。

1日の流れ

午前	9：00～	手洗い・うがい 健康チェック
	9：30～	脳トレ 朝の会
	10：30～	椅子体操
		入浴
		レクリエーション
	11：50～	嚥下体操パタカラ
	12：00～	昼食
午後	13：00～	食後の リラックスタイム
	13：30～	散歩 or レクリエーション
	15：00～	おやつ
	15：30～	脳トレ or お楽しみプログラム
	15：55～	頑張れ！立ち上がり 梅干し体操
	16：15～	帰宅

1（日）	2（月）	3（火）	4（水）	5（木）	6（金）	7（土）
季節の飾り作り	染物倶楽部	染物倶楽部	季節のおやつ			
8(日)	9(月)	10(火)	11(水)	12(木)	13(金)	14(土)
	栗ご飯	佐久間牧場	佐久間牧場			
15（日）	16(月)	17(火)	18(水)	19(木)	20(金)	21(土)
散歩ポイント2倍	散歩ポイント2倍	散歩ポイント2倍	散歩ポイント2倍	散歩ポイント2倍	散歩ポイント2倍	散歩ポイント2倍
カレンダー作り	敬老会	十五夜　団子の日	運動倶楽部	運動倶楽部	運動倶楽部	運動倶楽部
22(日)	23(月)	24(火)	25(水)	26(木)	27(金)	28(土)
牡丹餅作り	手芸倶楽部	手芸倶楽部	手芸倶楽部	音楽倶楽部	手芸倶楽部	カレーの日
29（日）	30(月)					
音楽倶楽部						