

2024年

11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。



1日の流れ



午 前	9:00~	手洗い・うがい 健康チェック						1 (金)	2 (土)
	9:30~	脳トレ 朝の会							
前	10:30~	椅子体操	3 (日)	4 (月)	5 (火)	6 (水)	7 (木)	8 (金)	9 (土)
		入浴		カレーの日 	お楽しみおやつ 				
午 後	11:50~	嚙下体操パタカラ	手芸倶楽部	手芸倶楽部	手芸倶楽部			手芸倶楽部	
	12:00~	昼食	10 (日)	11 (月)	12 (火)	13 (水)	14 (木)	15 (金)	16 (土)
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	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
後	15:00~	おやつ	17 (日)	18 (月)	19 (火)	20 (水)	21 (木)	22 (金)	23 (土)
	15:30~	脳トレ or お楽しみプログラム	おでんの日 	カレンダーづくり 		おでんの日 			
	15:55~	頑張れ！立ち上がり 梅干し体操	24 (日)	25 (月)	26 (火)	27 (水)	28 (木)	29 (金)	30 (土)
	16:15~	帰宅	紅葉ドライブ ~二宮神社~ 					賑島さん特製！ シチューの日 	
			音楽倶楽部	パン倶楽部			音楽倶楽部	パン倶楽部	パン倶楽部