2025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(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)	6(土)
	ななしょく プロジェクト	手芸倶楽部	お楽しみおやつ 手芸倶楽部	手芸倶楽部	ななしょく プロジェクト	梨の日
7(日)	8(月)	9(火)	10(水)	手芸倶楽部	12(金)	13(土)
梨の日 	ななしょく プロジェクト 梨の日		運動倶楽部	佐久間牧場 	ななしょく プロジェクト アイスの日	
14(日)	15(月)	16(火)	17(水)	18(木)	19(金)	20(土)
ミニ敬老会 	ななしょく プロジェクト お楽しみおやつ	敬老会 		音楽倶楽部	ななしょく プロジェクト 音楽倶楽部	運動倶楽部
21(日)	22(月)	23(火)	24(水)	25(木)	26(金)	27(土)
	ななしょく プロジェクト	染物倶楽部	秋のご飯の日 	運動倶楽部	ななしょく プロジェクト お菓子倶楽部	カレーの日 お菓子倶楽部
28(日)	29(月)	30(火)				
	ななしょく プロジェクト お菓子倶楽部					