

2024年

6月

輝ゆとり～な レクリエーション予定表

日	月	火	水	木	金	土
						1 ボーリング
2 自由活動	3 テーブル ホッケー	4 数字踏み ゲーム	5 風船バレー	6 ボール体操	7 ゲートゴルフ	8 輪投げ
9 自由活動	10 棒体操	11 ボーリング	12 数字踏み ゲーム	13 カラオケ	14 玉（花）入れ	15 テーブル ホッケー
16 自由活動	17 輪投げ	18 ボール体操	19 ゲートゴルフ	20 風船バレー	21 ボーリング	22 カラオケ
23 自由活動	24 風船バレー	25 玉（花）入れ	26 テーブル ホッケー	27 輪投げ	28 棒体操	29 数字踏み ゲーム
30 自由活動	<p>午前中：壁画作り、脳トレプリント、カレンダー塗り絵等の作業レク                      昼食前：ラジオ体操、口腔体操                      14時～：おじぎ・尻上げ体操（10の基本ケア）を取り入れた準備体操</p> 					

ボランティアさんを募集しています。

担当：戸塚

踊り、演奏、マジックなどの発表・体操・花壇など外回りの除草

健康麻雀で対局などいつでもお気軽にお越し下さい。

