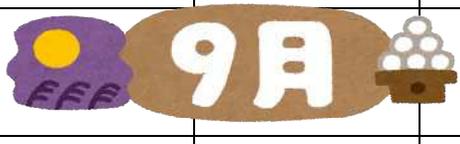


2024年

9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	2	3	4	5	6	7	
自由活動	輪投げ	ボール体操	魚釣りゲーム	棒体操	脳トレクイズ	ゲートゴルフ	
8	9	10	11	12	13	14	
自由活動	風船バレー	おたまりレー	ダービーゲーム	輪投げ	テーブル ホッケー	牛乳ジェンガ	
15	16	17	18	19	20	21	
自由活動	玉入れ 	敬老会 	ボール体操	脳トレクイズ	風船バレー	魚釣りゲーム	
22	23	24	25	26	27	28	
自由活動	サッカー	牛乳ジェンガ	ボーリング	 カレンダー作り		カーリング	
29	30						
自由活動	稲飯様 BD 魚釣りゲーム 						

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

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。

