

2024年

10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
 10月 		テーブル ホッケー	カーリング	脳トレクイズ	 ボール体操	ダービーゲーム
6	7	8 	9 	10	11	12 
自由活動	おたまりレー	魚釣り	サッカー	ゲートゴルフ	牛乳ジェンガ	生協祭
13	14 	15	16	17 	18	19
自由活動	輪投げ	棒体操	玉入れ	ダービーゲーム	魚釣り	おたまりレー
20	21	22	23	24 	25 	26 
自由活動	脳トレクイズ	テーブル ホッケー	風船バレー	カレンダー作り		周年祭 
27	28 	29	30	31		
自由活動	玉入れ	牛乳ジェンガ	ボール体操	輪投げ		
<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。

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。

担当：戸塚

